

Утверждаю

Заведующий

0561022-ГБДОУ д/с № 13 комбинированного вида Кронштадтского района СПб  
\_\_\_\_\_/Романчина Л.П./

**МЕНЮ**  
**29 июля 2024 г.**

**Дети ясли**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                           |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                           |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                        | 45     | 1,7               | 0,6     | 24,7             | 109                                      | 7,6                   |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155    | 3,8               | 5,8     | 16,1             | 132                                      | 0,4                   |
|                               | ТК№028              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                | 180    | 2,8               | 2,1     | 11,2             | 76                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                           | 380    | 8,3               | 8,5     | 52               | 317                                      | 8,5                   |
| II Завтрак                    |                     |                                           |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР 2,5%                                | 157    | 4,5               | 3,9     | 6,3              | 83                                       | 1,1                   |
| Итого                         |                     |                                           | 157    | 4,5               | 3,9     | 6,3              | 83                                       | 1,1                   |
| Обед                          |                     |                                           |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 33                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                           | 50     | 0,7               | 3,2     | 4,1              | 48                                       | 1,9                   |
| 2012                          | 81                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ<br>И           | 150/10 | 4,9               | 4       | 20,8             | 140                                      | 2,8                   |
| 2008                          | 228                 | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ                      | 50     |                   |         | 0,3              | 2                                        | 0,1                   |
| 2008                          | 141                 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                            | 130    | 2,5               | 10,2    | 14,4             | 160                                      | 14,1                  |
| 2008                          | 406                 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                          | 180    | 0,8               |         | 27,1             | 113                                      | 0,2                   |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ       | 22     | 1,4               | 0,2     | 8,5              | 41                                       | 0                     |
|                               | ТК№004              | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                         | 26     | 1,9               | 0,8     | 12,9             | 66                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                           | 618    | 12,2              | 18,4    | 88,1             | 570                                      | 19,1                  |
| Полдник                       |                     |                                           |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 298                 | СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ                         | 50     | 11,5              | 11,6    | 1,3              | 155                                      | 0                     |
| 2012                          | 322                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С<br>МОРКОВЬЮ           | 130    | 2,3               | 4,3     | 15,4             | 110                                      | 7,2                   |
| 2008                          | 437                 | НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ                        | 150    |                   |         | 17,2             | 69                                       | 0                     |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ       | 17     | 1                 | 0,1     | 6,4              | 31                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ГРУША СВЕЖАЯ                              | 92     | 0,4               | 0,3     | 9,5              | 43                                       | 4,6                   |
| Итого                         |                     |                                           | 439    | 15,2              | 16,3    | 49,8             | 408                                      | 11,8                  |
| Всего                         |                     |                                           |        | 40,2              | 47,1    | 196,2            | 1378                                     | 40,5                  |