

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга Новаторов 12

_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

10 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И ДЖЕМА	140/10	26,20	13,47	23,83	368,65	0,30
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (АЛЛЕРГИКИ) (аллергики)	130	4,50	4,70	22,60	132,00	0,30
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	2,67	2,15	12,46	82,23	0,50
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,30	26,00	0,00
Итого			330	28,87	15,62	36,29	450,88	0,80
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	152	4,41	3,81	6,39	82,20	0,46
Итого			152	4,41	3,81	6,39	82,20	0,46
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	41	0,45	0,08	1,57	9,90	10,31
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/16/5	7,33	8,20	5,46	129,56	7,21
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (аллергики)	150/15/5	7,45	5,10	6,58	103,74	8,30
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	55	10,20	8,52	5,83	151,35	0,56
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	60	10,84	8,97	4,99	143,83	0,00
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	105	1,78	5,15	9,81	93,48	6,51
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,75	0,00	19,05	82,50	6,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	22	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			566	23,31	22,75	60,52	559,99	30,59
Полдник								
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	170/30	9,47	11,53	5,80	166,00	6,03
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ (аллергики)	170/30	9,63	14,16	3,90	182,65	4,92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150	0,30	0,00	32,80	93,00	0,00
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	60	5,54	4,39	28,40	175,16	9,13
2008		БАНАН	110	1,64	0,55	23,03	105,28	10,97
Итого			542	18,25	16,67	98,53	580,24	26,13
Всего				74,84	58,85	201,73	1 673,31	57,98