

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга Новаторов 42

_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

11 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,86	4,96	9,35	104,14	0,04
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	130	4,17	4,43	19,91	137,56	0,41
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,75	1,36	12,26	69,72	0,33
Итого			345	10,78	10,75	41,52	311,42	0,78
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	33	0,26	0,03	0,56	4,25	1,63
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	11,35	14,33	14,66	233,08	7,26
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (аллергики)	160/15	10,16	7,73	11,34	155,67	5,62
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	55	19,47	8,21	1,68	181,36	14,77
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (аллергики)	55	13,29	2,73	2,38	103,33	10,92
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	105	2,14	1,72	8,73	64,48	7,91
2008	129	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (аллергики)	120	2,30	0,22	21,01	95,90	6,82
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	155	0,01	0,00	12,01	48,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	21	1,60	0,62	10,97	55,89	0,00
Итого			558	36,13	25,11	57,11	627,91	31,57
Полдник								
2008	218	ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ	130	7,11	18,56	5,15	218,16	4,55
2008	218	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (аллергики)	135	1,30	19,47	4,75	200,40	8,96
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	184	6,23	5,42	10,30	115,04	3,06
2008		БАТОН	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008		ГРУША	76	0,30	0,23	7,79	35,53	3,78
Итого			411	15,14	24,81	33,54	421,13	11,39
Всего				65,55	63,80	137,81	1 431,10	44,62