

Утверждаю

И.о заведующего ГБДОУ
ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга Новаторов 12
_____ /Силина С.Ю./

МЕНЮ

13 сентября 2024 г.

Сад 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,82	4,42	12,42	96,96	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,54	6,35	27,75	188,93	0,49
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (АЛЛЕРГИКИ)	200	1,68	0,24	22,61	99,30	0,00
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	175	2,62	2,18	13,27	85,50	0,42
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			385	8,98	12,95	53,44	371,39	0,91
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,12	5,63	70,59	0,87
Итого			125	3,50	3,12	5,63	70,59	0,87
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200	4,77	3,64	14,60	111,34	8,28
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	70	9,03	10,05	9,07	162,95	2,53
2008	272	ФРИКАДЕЛЬКА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (АЛЛЕРГИКИ)	60	6,19	9,81	2,36	122,48	3,85
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,42	3,88	15,77	107,61	6,59
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,52	0,16	22,60	96,26	0,28
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,03	0,27	13,00	62,55	0,00
2008		БАТОН	34	2,57	0,99	17,64	89,89	0,00
Итого			665	21,34	18,99	92,68	630,60	17,68
Полдник								
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	135	15,28	15,49	13,00	252,58	6,77
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,52	38,03	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,03	0,27	13,00	62,55	0,00
2008		ВАФЛИ	26	3,50	33,00	60,00	350,00	0,00
2008		ЯБЛОКО	101	0,41	0,41	9,93	47,64	10,14
Итого			473	21,22	49,17	105,45	750,80	16,91
Всего				55,04	84,23	257,20	1 823,38	36,37