

Утверждаю

И.о заведующего ГБДОУ
ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга Новаторов 42
_____/Силина С.Ю/

МЕНЮ

13 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 | | | | | | | | |
| 2014 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1,94 | 4,38 | 13,18 | 100,07 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 130 | 4,23 | 5,22 | 21,36 | 152,24 | 0,54 |
| 2014 | 272 | КАКАО С МОЛОКОМ | 205 | 4,10 | 3,40 | 14,49 | 108,69 | 0,66 |
| Итого | | | 365 | 10,27 | 13,00 | 49,03 | 361,00 | 1,20 |
| 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 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 4,04 | 4,00 | 12,13 | 101,62 | 6,81 |
| 2008 | 280 | РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ | 50 | 6,85 | 10,99 | 6,39 | 152,03 | 1,27 |
| 2008 | 280 | ФРИКАДЕЛЬКА ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии) | 50 | 9,07 | 7,29 | 6,30 | 127,14 | 0,66 |
| 2012 | 324 | ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ | 150 | 2,43 | 4,43 | 15,40 | 111,07 | 6,59 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА | 150 | 0,43 | 0,14 | 17,89 | 76,38 | 0,23 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 21 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 40,80 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 21 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 553 | 16,55 | 20,36 | 70,61 | 534,30 | 14,90 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 125 | 13,32 | 15,67 | 10,98 | 238,27 | 5,67 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 150 | 0,00 | 0,00 | 7,10 | 28,37 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 21 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 40,80 | 0,00 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 78 | 0,31 | 0,31 | 7,65 | 36,67 | 7,80 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 27 | 2,00 | 2,61 | 19,84 | 111,20 | 0,00 |
| Итого | | | 401 | 16,93 | 18,79 | 54,07 | 455,31 | 13,47 |
| Всего | | | | 47,25 | 55,28 | 179,35 | 1 421,25 | 30,45 |