

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 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								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,23	0,46	16,72	74,69	4,80
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,72	4,32	22,90	151,01	0,34
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,16	2,65	14,01	95,30	0,52
Итого			340	9,11	7,43	53,63	321,00	5,66
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		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	29	0,32	0,06	1,10	6,97	7,26
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/5/10	9,43	12,78	10,80	195,89	3,50
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	150/5/10	2,25	1,39	5,94	45,39	2,90
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	10,10	3,81	1,85	92,48	0,21
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	100	2,18	2,37	13,56	85,16	6,23
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	147	0,73	0,00	18,63	80,67	5,87
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	21	1,55	0,60	10,62	54,15	0,00
Итого			542	25,61	19,82	65,06	556,12	23,07
Полдник								
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,56	8,82	6,03	156,37	0,58
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	105	4,14	3,16	26,47	150,99	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,01	0,13	6,50	31,27	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,16	0,00	8,09	33,03	0,04
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	55	5,19	3,79	26,96	162,79	8,08
2008		БАНАН	71	1,07	0,36	14,99	68,55	7,14
Итого			456	22,13	16,26	89,04	603,00	15,84
Всего				60,35	46,64	213,37	1 550,76	45,45