

Утверждаю

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

## МЕНЮ

17 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		
<b>Завтрак</b>								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,93	5,95	12,43	130,00	0,05
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	5,12	6,56	29,42	200,13	0,58
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,69	1,25	12,12	67,78	0,32
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>12,74</b>	<b>13,76</b>	<b>53,97</b>	<b>397,91</b>	<b>0,95</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА	150	4,21	3,63	6,09	78,35	0,18
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4,21</b>	<b>3,63</b>	<b>6,09</b>	<b>78,35</b>	<b>0,18</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,81	3,13	4,70	50,14	2,20
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200	4,01	3,06	12,87	95,96	4,95
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	65/30	18,43	7,76	2,07	178,28	13,92
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,30	5,47	33,03	210,29	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,09	20,67	85,75	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,10	0,28	13,47	64,83	0,00
<b>Итого</b>			<b>697</b>	<b>33,05</b>	<b>19,79</b>	<b>86,81</b>	<b>685,25</b>	<b>21,07</b>
<b>Полдник</b>								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	75	12,88	8,64	7,24	158,19	2,11
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,62	4,24	17,16	118,11	8,26
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	17,70	86,71	72,38
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,41	0,19	9,01	43,34	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	10,13	6,27	43,21	270,43	0,08
2008		ГРУША	84	0,34	0,25	8,64	39,41	4,19
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>27,98</b>	<b>19,83</b>	<b>102,96</b>	<b>716,19</b>	<b>87,02</b>
<b>Всего</b>				<b>77,98</b>	<b>57,01</b>	<b>249,83</b>	<b>1 877,70</b>	<b>109,22</b>