

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 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	1,89	4,89	12,82	103,12	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,23	6,53	29,82	205,08	0,59
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,07	2,52	14,58	96,03	0,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			395	11,19	13,94	57,22	404,23	1,07
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	142	4,13	3,56	5,69	78,27	1,00
Итого			142	4,13	3,56	5,69	78,27	1,00
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	0,98	8,75	7,27	111,94	4,69
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,55	6,01	10,51	121,30	8,45
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	75	9,88	5,41	6,39	114,44	0,32
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	145	2,56	7,04	14,47	132,58	9,12
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	188	0,94	0,19	19,03	81,01	3,77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,15	0,29	13,74	66,11	0,00
2008		БАТОН	36	2,70	1,04	18,47	94,16	0,00
Итого			756	23,76	28,73	89,88	721,54	26,35
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И ДЖЕМА	165/13	33,45	21,55	34,93	477,50	2,53
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	204	6,01	5,19	9,96	116,20	1,11
2008		БАНАН	78	1,18	0,39	16,47	75,28	7,84
2008		ПРЯНИКИ	36	2,14	1,70	27,17	132,61	0,00
Итого			496	42,78	28,83	88,53	801,59	11,48
Всего				81,86	75,06	241,32	2 005,63	39,90