

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 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	1,90	4,74	12,89	101,86	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	130	3,99	4,26	20,56	137,72	0,34
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,41	2,81	14,65	100,52	0,53
Итого			345	9,30	11,81	48,10	340,10	0,87
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	30	0,49	4,56	3,67	57,79	2,37
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,81	3,66	8,42	82,52	8,12
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	9,24	5,19	6,00	108,52	0,31
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	95	1,88	2,13	10,72	70,19	6,74
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	154	0,77	0,00	19,54	84,62	6,15
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			556	17,99	16,34	67,15	496,84	23,69
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И ДЖЕМА	130	25,40	16,05	29,45	370,29	2,01
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (аллергики)	130	3,63	0,95	26,13	127,44	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	184	5,61	4,88	9,28	103,54	2,75
2008		БАНАН	75	1,12	0,37	15,66	71,59	7,46
Итого			389	32,13	21,30	54,39	545,42	12,22
Всего				63,55	53,01	175,33	1 460,63	37,78