

Утверждаю

И.о заведующего ГБДОУ
ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга Новаторов 12
_____ /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	1,93	4,75	13,06	102,74	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	130	3,95	4,14	20,40	135,80	0,34
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	3,32	0,79	29,97	140,14	0,00
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,23	2,68	14,51	97,97	0,52
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	26,00	0,00
Итого			340	9,11	11,57	47,97	336,51	0,86
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	82,50	1,05
Итого			150	4,35	3,75	6,00	82,50	1,05
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	35	0,53	4,41	3,76	56,81	2,60
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,12	3,89	8,71	86,78	9,78
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	9,73	5,08	6,40	110,88	0,31
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	105	2,09	1,91	11,39	71,80	8,11
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	156	0,78	0,00	19,76	85,56	6,22
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			578	19,05	16,09	68,82	505,03	27,02
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И ДЖЕМА	135	25,88	16,44	29,55	376,07	2,07
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,50	4,78	9,10	101,51	2,70
2008		БАНАН	86	1,29	0,43	18,13	82,88	8,63
Итого			401	32,67	21,65	56,78	560,46	13,40
Всего				65,18	53,06	179,57	1 484,50	42,33