

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга Новаторов 42

_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ
22 августа 2025 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	6,03	6,03	12,82	132,67	0,05
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	6,68	8,95	28,96	227,64	0,88
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (АЛЛЕРГИКИ)	180	1,78	2,79	18,71	106,94	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,08	2,44	15,67	99,58	0,52
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ)	180	0,04	0,00	5,89	26,10	0,00
Итого			395	15,79	17,42	57,45	459,89	1,45
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,10	5,60	90,05	0,90
Итого			125	3,50	3,10	5,60	90,05	0,90
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	6,98	4,98
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	3,91	5,47	14,03	128,95	5,24
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ (аллергики)	200/10/10	2,93	3,45	11,76	90,76	6,02
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160	14,50	14,26	25,34	287,89	12,25
2013	210	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергики)	160	11,96	12,53	26,47	266,68	13,38
2008	439	НАПИТОК КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,70	34,76	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,33	0,31	14,92	71,79	0,00
2008		БАТОН	36	2,69	1,04	18,47	94,14	0,00
Итого			681	23,83	21,13	82,71	624,51	22,47
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,10	1,89	11,96	12,46
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	155	8,41	11,59	35,27	279,89	0,13
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (аллергики)	150	3,63	0,95	16,45	88,75	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	160	5,69	7,13	36,47	233,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	47,00	188,00	3,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
2008		БАТОН	21	1,54	0,60	10,58	53,94	0,00
2008		БАНАН	80	1,21	0,40	16,89	77,21	8,04
Итого			486	11,71	12,69	111,63	611,00	23,63
Всего				54,83	54,34	257,39	1 785,45	48,45