

Утверждаю

И.о.заведующего ГБДОУ

ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга Новаторов 12

_____/Силина С.Ю/

МЕНЮ
2 июня 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,50	2,20	0,10	35,70	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	7,59	8,42	34,76	248,33	0,62
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (АЛЛЕРГИКИ)	180	3,87	3,34	26,10	149,81	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,71	2,17	13,79	87,96	0,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ)	180	0,04	0,00	5,89	26,10	0,00
2008		БАТОН	25	1,50	0,60	10,30	67,50	0,00
Итого			405	14,30	13,39	58,95	439,49	1,09
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	164	2,97	1,65	6,93	89,60	0,22
Итого			164	2,97	1,65	6,93	89,60	0,22
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,40	0,10	1,30	7,00	4,00
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200	5,90	2,60	24,00	141,70	2,70
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,31	2,68	10,32	70,80	5,22
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	65	10,38	11,45	9,63	182,11	0,00
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	65	10,36	11,43	9,61	192,98	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	3,13	3,13	13,53	96,46	6,46
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (АЛЛЕРГИКИ)	150	1,15	2,55	7,23	56,85	9,96
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,89	0,10	22,77	96,13	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,00	0,30	12,75	61,20	0,00
2008		БАТОН	35	2,63	1,05	18,03	91,70	0,00
Итого			708	25,33	18,73	102,01	676,30	13,16
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	52	0,42	0,05	0,89	6,78	2,61
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	60	7,71	5,29	8,55	112,68	0,08
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ (аллергики)	60	6,62	5,72	1,34	83,38	0,75
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,90	5,50	19,60	140,40	9,20
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (АЛЛЕРГИКИ)	130	2,07	0,42	16,84	79,54	8,52
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,23	0,01	10,76	45,01	0,97
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ)	180	0,04	0,00	5,89	26,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,40	0,19	8,96	43,12	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	39	2,92	3,82	28,97	162,35	0,00
2008		ЯБЛОКО	78	0,31	0,31	7,60	36,45	7,76
Итого			560	15,89	15,17	85,33	546,79	20,62
Всего				58,49	48,94	253,22	1 752,18	35,09