

Утверждаю

И.о.заведующего ГБДОУ

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

/Силина С.Ю/

МЕНЮ**2 июня 2025 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	21	2,55	2,31	0,14	31,52	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	130	5,25	5,17	23,58	164,07	0,44
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	3,86	0,91	28,47	137,50	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,70	2,17	13,35	86,07	0,47
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	26,00	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			351	12,00	10,23	47,35	334,06	0,91
II Завтрак								
2008		КЕФИР	149	4,32	3,72	5,95	81,87	1,04
Итого			149	4,32	3,72	5,95	81,87	1,04
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	28	0,20	0,10	0,80	4,20	4,00
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,70	2,00	19,30	113,10	2,70
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (аллергики)	200/20	5,77	0,98	24,27	129,12	3,61
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	55	8,18	8,99	7,58	143,32	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	2,22	2,32	9,90	71,10	6,46
2008	338	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (аллергики)	150	2,58	5,13	12,89	108,67	9,49
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,79	0,00	19,21	80,19	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			544	18,89	14,21	75,59	505,11	13,16
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	31	0,25	0,03	0,53	4,05	1,56
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	60	8,57	5,39	8,65	117,38	0,09
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,90	5,50	19,60	140,40	9,20
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (аллергики)	135	2,81	3,02	18,93	134,16	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,21	0,01	9,31	38,95	0,88
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,20	0,00	5,30	24,00	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	19	1,46	1,90	14,46	81,02	0,00
2008		ЯБЛОКО	73	0,29	0,29	7,12	34,15	7,27
Итого			489	14,98	13,32	68,17	456,75	19,00
Всего				50,19	41,48	197,06	1 377,79	34,11