

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

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

_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

31 января 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,92	4,89	13,00	103,91	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	130	3,56	4,47	19,81	135,88	0,42
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	2,20	3,60	16,10	112,80	0,00
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,18	2,65	12,44	89,17	0,52
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	26,10	0,00
Итого			340	8,66	12,01	45,25	328,96	0,94
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,51	3,13	5,65	70,75	0,88
Итого			125	3,51	3,13	5,65	70,75	0,88
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,21	3,41	11,66	90,89	6,07
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	150/10/1	1,82	0,32	12,15	58,96	11,40
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	50	6,85	10,35	6,79	147,60	0,86
2008	280	ФРИКАДЕЛЬКА ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	50	9,61	7,76	6,30	133,48	0,66
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	115	1,83	4,13	11,84	91,77	4,96
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (аллергики)	115	1,75	0,12	19,92	87,59	4,80
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150	0,44	0,14	17,90	76,54	0,24
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			518	15,13	18,83	66,99	500,00	12,13
Полдник								
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	12,75	14,27	10,92	223,00	5,72
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,97	27,87	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		ЯБЛОКО	75	0,30	0,30	7,38	35,41	7,53
Итого			367	14,35	14,77	33,77	327,08	13,25
Всего				41,65	48,74	151,66	1 226,79	27,20