

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ
ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга
_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

3 мая 2024 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	6,34	6,43	12,62	137,04	0,06
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	6,64	9,05	28,72	227,47	0,89
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (АЛЛЕРГИКИ)	180	1,78	2,30	19,68	106,44	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,16	2,45	16,46	103,20	0,53
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ)	180	0,04	0,00	5,89	26,10	0,00
Итого			395	16,14	17,93	57,80	467,71	1,48
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	47	0,38	0,05	1,18	6,63	4,74
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	4,13	5,58	12,36	123,70	6,46
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики)	200	1,47	2,68	11,37	75,58	4,13
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	155	16,07	15,43	24,92	303,04	11,03
2013	210	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергики)	155	12,69	13,39	23,62	265,92	11,94
2008	439	НАПИТОК КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,16	36,61	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,35	0,31	15,03	72,31	0,00
2008		БАТОН	35	2,65	1,02	18,15	92,53	0,00
Итого			672	25,58	22,39	80,80	634,82	22,23
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	55	0,61	0,11	2,10	13,27	13,83
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	8,05	11,99	33,02	273,13	0,13
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (аллергики)	150	3,63	0,95	16,45	88,74	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	145	5,34	5,48	34,19	207,53	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	20	1,53	0,59	10,49	53,49	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	100	0,90	0,20	8,11	43,06	60,08
Итого			505	11,09	12,89	100,72	570,95	77,04
Всего				56,31	56,34	244,96	1 744,12	101,63