

Утверждаю

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

## МЕНЮ

3 мая 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,40	4,41	9,14	96,19	0,04
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	130	4,30	6,04	18,43	148,36	0,58
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (АЛЛЕРГИКИ) (аллергики)	130	1,78	0,36	23,53	104,41	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,15	2,45	14,71	96,24	0,53
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,20	26,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>11,85</b>	<b>12,90</b>	<b>42,28</b>	<b>340,79</b>	<b>1,15</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,50</b>	<b>3,13</b>	<b>5,64</b>	<b>70,64</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	28	0,23	0,03	0,71	3,98	2,85
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10	3,66	7,57	11,07	136,53	4,45
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ (аллергики)	150/10	4,23	2,09	15,51	98,95	4,82
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	135	13,97	14,72	23,05	280,68	10,33
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергики)	145	13,78	7,96	32,52	256,92	10,42
2008	439	НАПИТОК КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,58	30,28	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>526</b>	<b>20,66</b>	<b>23,12</b>	<b>61,21</b>	<b>544,67</b>	<b>17,63</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	33	0,36	0,07	1,25	7,92	8,25
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	100	5,08	12,40	20,53	214,62	0,08
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	80	3,20	0,38	20,52	98,36	0,00
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	157	0,78	0,00	19,88	86,09	6,26
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,20	0,00	5,30	24,00	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,71	40,94	57,12
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>8,58</b>	<b>13,26</b>	<b>59,67</b>	<b>401,97</b>	<b>71,71</b>
<b>Всего</b>				<b>44,59</b>	<b>52,41</b>	<b>168,80</b>	<b>1 358,07</b>	<b>91,37</b>