

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

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

_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

4 февраля 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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	6,25	6,33	12,72	136,06	0,06
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	5,05	6,42	29,14	197,46	0,57
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,62	1,22	11,45	64,57	0,30
Итого			395	12,92	13,97	53,31	398,09	0,93
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	155	4,37	3,76	6,31	81,19	0,19
Итого			155	4,37	3,76	6,31	81,19	0,19
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,76	2,91	4,45	46,98	2,09
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200	4,01	2,74	15,85	105,02	5,01
2008	95	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	1,30	0,24	9,25	44,44	7,36
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	65/30	18,12	7,35	1,93	171,97	13,70
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (аллергики)	65/30	17,76	3,68	0,00	126,02	13,50
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,36	5,51	33,29	212,02	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,41	0,13	18,98	80,56	0,22
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,10	0,28	13,42	64,59	0,00
Итого			692	32,76	18,92	87,92	681,14	21,02
Полдник								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	75	12,05	8,39	6,51	149,77	2,23
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (аллергики)	75	10,96	6,31	1,34	105,88	3,43
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,62	4,20	17,26	118,22	8,31
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,69	0,28	18,41	91,93	83,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,41	0,19	9,06	43,57	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	9,65	5,98	43,15	265,44	0,07
2008		ГРУША	91	0,36	0,27	9,36	42,73	4,55
Итого			557	26,78	19,31	103,75	711,66	98,24
Всего				76,83	55,96	251,29	1 872,08	120,38