

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

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

_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

5 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,93	4,75	13,04	102,64	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	130	4,04	4,10	20,77	137,27	0,34
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,28	2,72	13,90	96,24	0,53
Итого			340	9,25	11,57	47,71	336,15	0,87
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	151	4,38	3,78	6,04	83,05	1,06
Итого			151	4,38	3,78	6,04	83,05	1,06
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	30	0,51	4,95	3,73	61,50	2,47
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,83	3,93	8,51	84,99	8,35
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	9,62	5,45	5,86	111,37	0,30
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	105	2,03	2,18	10,89	72,05	8,22
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,80	0,00	20,32	88,00	6,40
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			573	18,59	17,31	68,11	511,11	25,74
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И ДЖЕМА	115	22,38	14,70	27,74	338,60	1,84
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (аллергики)	130	3,63	0,95	26,13	127,44	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,61	4,88	9,28	103,54	2,75
2008		БАНАН	78	1,17	0,39	16,33	74,64	7,78
Итого			376	29,16	19,97	53,35	516,78	12,37
Всего				61,38	52,63	175,21	1 447,09	40,04