

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ
ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга Новаторов 12
_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

6 сентября 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	5,77	5,71	12,67	127,99	0,05
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	6,64	9,09	28,58	227,30	0,89
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,12	2,46	16,10	101,76	0,53
Итого			395	15,53	17,26	57,35	457,05	1,47
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	127	3,54	3,16	5,71	71,52	0,89
Итого			127	3,54	3,16	5,71	71,52	0,89
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0,44	0,06	1,38	7,70	5,50
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	4,88	5,65	13,35	130,40	7,66
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	155	15,63	15,60	23,03	295,24	11,03
2008	439	НАПИТОК КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,05	36,16	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,15	0,29	13,78	66,29	0,00
2008		БАТОН	36	2,68	1,04	18,37	93,63	0,00
Итого			678	25,78	22,64	78,96	629,42	24,19
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	96	1,06	0,19	3,66	23,14	24,11
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	145	7,74	11,96	31,14	264,12	0,13
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	47,00	188,00	3,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008		БАНАН	81	1,21	0,40	16,94	77,43	8,07
Итого			522	11,51	13,13	109,02	605,09	35,31
Всего				56,36	56,19	251,04	1 763,08	61,86