

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ
ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга Новаторов 42
_____/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	5,96	5,91	13,03	132,12	0,05
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	6,55	8,80	28,11	222,44	0,87
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,07	2,43	15,73	99,65	0,52
Итого			395	15,58	17,14	56,87	454,21	1,44
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,68	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,68	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	4,23	5,39	11,99	119,72	5,37
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (аллергики)	200/10/10	3,71	7,48	10,89	131,26	5,43
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	14,34	14,29	23,35	279,49	11,02
2008	439	НАПИТОК КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,78	35,09	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,33	0,31	14,92	71,79	0,00
2008		БАТОН	37	2,74	1,06	18,78	95,72	0,00
Итого			672	24,04	21,10	79,07	608,81	21,39
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,10	1,91	12,04	12,54
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	8,10	11,90	33,46	274,09	0,13
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (аллергики)	150	3,63	0,95	16,45	88,74	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	21	1,58	0,61	10,79	55,02	0,00
2008		БАНАН	83	1,24	0,41	17,38	79,47	8,28
Итого			484	11,47	13,02	110,54	608,62	23,95
Всего				54,59	54,39	252,12	1 742,32	47,66