

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга Новаторов 12

\_\_\_\_\_/Петрова Т.О./

## МЕНЮ

6 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,90	3,83	8,87	87,43	0,03
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	130	4,29	6,20	18,14	148,49	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	3,09	2,46	14,50	95,27	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>11,28</b>	<b>12,49</b>	<b>41,51</b>	<b>331,19</b>	<b>1,14</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ	127	3,55	3,17	5,71	71,58	0,89
<b>Итого</b>			<b>127</b>	<b>3,55</b>	<b>3,17</b>	<b>5,71</b>	<b>71,58</b>	<b>0,89</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	34	0,27	0,03	0,84	4,70	3,35
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10	4,20	7,82	11,64	142,05	4,43
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ (аллергики)	150/10	4,09	2,07	14,90	95,62	4,39
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	135	13,65	15,04	21,48	276,00	10,31
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергики)	140	12,53	7,96	26,80	229,05	10,54
2008	439	НАПИТОК КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	8,07	32,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	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>531</b>	<b>20,92</b>	<b>23,69</b>	<b>60,83</b>	<b>548,20</b>	<b>18,09</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	58	0,64	0,12	2,22	13,99	14,57
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	100	4,85	12,93	19,40	213,99	0,08
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	80	3,20	0,38	20,52	98,36	0,00
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	156	0,78	0,00	19,76	85,56	6,22
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008		БАНАН	77	1,15	0,38	16,09	73,54	7,66
<b>Итого</b>			<b>411</b>	<b>8,92</b>	<b>14,03</b>	<b>67,77</b>	<b>439,48</b>	<b>28,53</b>
<b>Всего</b>				<b>44,67</b>	<b>53,38</b>	<b>175,82</b>	<b>1 390,45</b>	<b>48,65</b>