

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ
ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга Новаторов 42
_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

6 сентября 2024 г.

Ясли 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	30	4,11	4,00	9,42	92,10	0,03
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	130	4,28	6,14	18,28	148,36	0,57
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,07	2,43	14,26	93,72	0,52
Итого			340	11,46	12,57	41,96	334,18	1,12
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,74	4,16	2,97
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10	3,73	7,28	10,91	131,86	4,39
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	12,49	13,63	21,59	259,12	10,30
2008	439	НАПИТОК КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			524	19,26	21,74	59,78	519,30	17,66
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,13	7,13	7,43
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	100	5,06	12,57	20,72	216,70	0,08
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	6,10	9,58	27,49	220,64	0,00
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,75	0,00	19,05	82,50	6,00
2008		БАТОН	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008		БАНАН	79	1,19	0,40	16,61	75,94	7,91
Итого			380	8,83	13,63	67,81	434,67	21,42
Всего				43,05	51,07	175,19	1 358,79	41,08