

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

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

_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

9 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	21	2,58	2,34	0,15	31,89	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	130	5,28	5,33	23,70	166,05	0,45
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,74	2,19	13,77	88,13	0,47
2008		БАТОН	21	1,58	0,61	10,79	55,02	0,00
Итого			352	12,18	10,47	48,41	341,09	0,92
II Завтрак								
2008		КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	82,50	1,05
Итого			150	4,35	3,75	6,00	82,50	1,05
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	26	0,28	0,05	0,98	6,18	6,43
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	5,51	2,50	23,85	140,33	4,36
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	50	8,02	8,81	7,43	140,48	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	2,49	2,24	11,67	77,92	7,35
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,81	0,00	19,59	81,81	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			538	19,91	14,40	82,32	539,92	18,14
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	37	0,30	0,04	0,63	4,81	1,85
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	25	1,45	5,16	8,47	86,05	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,73	3,22	18,26	113,72	8,57
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,25	0,01	9,31	39,41	1,10
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2008		ГРУША	75	0,30	0,22	7,69	35,11	3,74
Итого			463	7,83	10,81	67,74	403,30	15,26
Всего				44,27	39,43	204,47	1 366,81	35,37