

Утверждаю

Заведующий

0561034-ГБДОУ д/с № 14 Кронштадтского района Санкт-Петербурга

/Остроух Г.Ф./

МЕНЮ

24 апреля 2024 г.

Дети сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	3,90	5,60	16,20	125,10	0,13
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	180	3,50	7,80	23,70	186,90	0,67
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (аллергики)	180	3,50	7,80	23,70	186,90	0,00
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,00	1,60	10,20	64,40	0,39
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
Итого			405	8,40	14,90	50,20	376,30	1,18
II Завтрак								
УСП	ТК№54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	110	0,90	0,20	8,30	41,80	41,80
2008	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	110	0,33	0,33	7,63	36,40	0,00
Итого			110	0,90	0,20	8,30	41,80	41,80
Обед								
УСП	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,00	0,10	2,30	14,40	15,00
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/9	3,10	3,50	12,50	102,10	4,86
2008	107	СУП С РИСОВОЙ КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10	3,10	3,50	12,50	102,10	4,81
2008	107	СУП С РИСОВОЙ КРУПОЙ (аллергики)	220	2,20	1,94	12,50	87,99	4,84
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	11,70	12,10	33,40	299,90	15,87
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С РЫБОЙ (аллергики)	200	11,70	12,10	33,40	299,90	15,52
УСП	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	1,30	5,60	0,46
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	14,00	47,50	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,90	1,00	21,00	80,50	0,00
Итого			719	18,30	17,00	84,50	550,00	36,18
Полдник								
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,40	8,70	9,40	192,50	0,70
2008	261	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ (аллергики)	80	12,40	8,70	0,99	192,50	11,76
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,00	4,40	13,30	94,50	8,39
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	180	5,20	4,50	7,60	97,20	0,54
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	5,90	6,10	28,80	208,40	0,12
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	14,00	47,50	0,00
Итого			485	27,10	23,90	73,00	640,00	9,76
Всего				54,70	56,00	215,90	1 608,10	88,92