

Утверждаю

Заведующий
0561034-ГБДОУ д/с № 14 Кронштадтского района Санкт-Петербурга
_____/Остроух Г.Ф./

МЕНЮ

19 апреля 2024 г.

Дети сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,10	5,60	18,00	132,00	0,13
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	175	3,00	6,30	24,20	169,00	0,45
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	175	3,00	6,30	24,20	169,00	0,00
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,00	1,60	10,20	64,40	0,38
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	7,68	31,44	0,04
Итого			400	8,00	13,50	52,40	365,30	0,96
II Завтрак								
УСП	ТК№15	ЙОГУРТ 2,5-3,1%	190	4,80	4,80	8,60	107,40	1,33
2008	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	160	0,48	0,48	11,08	52,84	0,00
Итого			190	4,80	4,80	8,60	107,40	1,33
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,20	6,40	4,00	76,30	4,84
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/8	3,20	5,10	8,30	98,00	6,37
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	200	2,20	3,80	8,30	78,00	6,37
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/30	11,40	9,60	13,00	202,60	0,44
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	80	11,40	0,89	0,00	202,60	0,20
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,50	1,90	27,40	141,00	0,00
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	3,50	1,90	27,40	141,00	10,40
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,00	0,02	14,20	72,80	0,18
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			728	21,80	24,50	101,90	718,70	11,83
Полдник								
2013	521	СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ	70	8,80	6,50	0,00	124,90	0,28
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	8,80	6,50	0,00	124,90	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,40	4,40	18,50	120,10	8,98
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	11,80	47,20	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	14,00	47,50	0,00
УСП	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	1,90	2,90	21,70	121,30	0,00
Итого			455	14,80	14,00	66,00	461,10	9,26
Всего				49,40	56,80	228,90	1 652,42	23,38