

Утверждаю

Заведующий

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

/Остроух Г.Ф./

МЕНЮ

18 апреля 2024 г.

Дети ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	1,60	1,90	0,10	30,60	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	140	2,20	5,10	16,70	124,30	0,36
УСП	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,80	2,30	11,00	91,40	0,57
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,40	0,70	15,00	57,50	0,00
Итого			365	6,90	10,10	42,80	303,90	0,93
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,50	0,00	24,80	102,00	9,00
Итого			150	0,50	0,00	24,80	102,00	9,00
Обед								
УСП	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,00	0,10	0,90	6,50	2,50
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	2,70	4,20	7,90	86,50	5,29
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	7,10	3,40	0,40	72,50	0,23
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	7,10	3,40	0,00	72,50	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	1,90	0,40	10,60	67,50	7,22
УСП	ТК№095	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,00	0,10	13,10	54,80	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,10	8,40	28,50	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,40	0,70	15,00	57,50	0,00
Итого			585	14,10	9,00	56,30	373,80	15,23
Полдник								
УСП	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,00	0,10	1,90	12,00	12,50
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКА ИЗ ПТИЦЫ	50	5,00	4,80	5,90	83,80	0,42
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	1,00	1,00	9,20	51,20	4,57
2008	435	КЕФИР 2,5%	180	3,40	5,20	7,20	95,40	18,00
УСП	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	14,00	47,50	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	50	3,22	3,33	42,22	207,90	4,16
Итого			485	14,20	14,50	78,80	489,80	39,49
Всего				35,60	33,60	202,60	1 269,60	64,65