

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,10	8,80	12,10	105,80	0,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	0,50	1,70	9,20	29,40	4,40
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	7,17	13,13	2,02	184,83	0,16
УСП	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,80	2,30	11,00	91,40	0,57
Итого			360	10,50	25,70	34,20	409,70	5,14
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,20	15,20	69,00	3,00
Итого			150	0,00	0,20	15,20	69,00	3,00
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,70	6,10	6,30	80,80	5,13
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/3	3,80	4,10	4,30	80,50	5,27
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/15	3,80	4,10	4,30	80,50	8,00
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	75	5,70	8,90	10,70	150,50	0,46
2008	257	ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ (аллергики)	75	5,70	8,90	10,70	150,50	0,46
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	2,90	3,30	22,60	129,10	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,50	0,00	24,80	102,00	9,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,20	11,20	38,00	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,40	0,70	15,00	57,50	0,00
Итого			598	16,20	23,30	94,90	638,50	19,86
Полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	1,10	0,90	9,70	51,80	4,57
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	180	5,20	4,50	7,60	97,20	0,54
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	14,00	47,50	0,00
УСП	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	4,10	1,84	23,22	130,57	0,03
Итого			535	12,30	7,90	67,50	387,90	20,14
Всего				39,00	57,10	211,70	1 505,00	48,13