

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	3,10	4,50	0,30	61,20	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	3,60	6,40	26,40	176,90	0,46
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	180	3,60	6,40	26,40	176,90	0,46
УСП	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,50	2,40	10,10	80,60	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	7,68	31,44	0,04
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,20	1,20	24,00	92,00	0,00
Итого			440	10,30	14,40	60,70	410,70	0,93
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,00	0,20	18,20	82,80	3,60
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	150	0,45	0,45	10,32	49,21	0,00
Итого			180	0,00	0,20	18,20	82,80	3,60
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,20	4,00	5,60	60,90	1,76
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/12/8	3,20	3,80	5,90	79,30	8,39
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	200	1,15	1,75	5,70	43,64	7,80
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	6,40	4,70	6,60	93,70	0,30
2008	257	ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ (аллергики)	70	6,40	4,70	6,60	93,70	0,30
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	2,50	7,10	20,10	142,00	16,30
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	160	2,50	7,10	20,10	142,00	16,30
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,00	0,00	20,50	65,80	0,25
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,00	0,30	16,80	57,00	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,90	1,00	21,00	80,50	0,00
Итого			735	16,20	20,90	96,50	579,20	27,01
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	175	17,30	12,60	32,50	378,40	0,33
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	3,30	5,10	9,60	122,20	1,09
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,19	0,00	7,68	31,44	0,04
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,60	2,50	6,60	50,80	0,13
УСП	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,40	0,40	10,80	51,70	11,00
УСП	№074	ЗЕФИР	35	0,10	0,00	7,90	32,20	0,00
Итого			570	21,70	20,70	67,30	635,30	12,55
Всего				48,20	56,10	242,70	1 708,14	44,09