

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 июля 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	3,10	4,50	0,30	61,20	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	2,90	7,70	22,40	179,70	0,47
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,20	1,20	24,00	92,00	0,00
УСП	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,10	4,60	16,20	142,00	0,99
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
Итого			440	11,20	17,90	62,90	474,90	1,45
II Завтрак								
УСП	15	ЙОГУРТ 2,5 %- 3,1%	180	4,50	4,50	8,10	101,70	1,26
Итого			180	4,50	4,50	8,10	101,70	1,26
Обед								
УСП	ТК№103	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,00	0,00	1,20	7,00	4,98
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/15/10	7,28	7,84	12,98	156,81	5,77
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	5,80	3,00	3,20	71,00	1,17
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	5,05	21,34	143,92	0,12
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,10	0,10	9,60	41,90	1,55
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			755	17,30	15,10	83,30	520,90	24,46
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	12,90	15,40	11,50	238,40	18,15
УСП	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,00	0,00	7,00	31,20	2,56
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,00	0,30	16,80	57,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	5,90	3,30	35,40	205,90	0,10
Итого			450	20,80	19,00	70,70	532,60	20,81
Всего				53,80	56,50	225,00	1 630,10	47,99