

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	3,90	5,60	16,20	125,10	0,13
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	3,40	6,30	25,40	172,00	0,45
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	180	3,40	6,30	25,40	172,00	0,45
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,70	1,10	8,40	49,10	0,28
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
Итого			405	8,00	13,00	50,00	346,20	0,86
II Завтрак								
УСП	ТК№054	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	120	1,00	0,20	9,00	45,60	45,60
Итого			120	1,00	0,20	9,00	45,60	45,60
Обед								
УСП	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,00	0,10	1,00	7,80	3,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/15/5	4,40	1,30	13,20	85,80	7,04
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	180/15	4,40	1,30	13,20	85,80	7,04
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	8,00	12,30	27,20	266,50	1,75
УСП	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,00	0,00	21,80	87,30	0,00
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			655	16,30	14,90	101,10	584,90	11,79
Полдник								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	12,40	10,90	13,80	226,10	7,13
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150	12,40	10,90	13,80	226,10	7,13
2008	435	КЕФИР 2,5%	200	3,80	5,80	8,00	106,00	20,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,00	0,30	16,80	57,00	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	4,44	5,00	40,50	222,30	0,00
Итого			450	22,50	21,90	79,00	611,50	27,13
Всего				47,80	50,00	239,20	1 558,10	85,38