

Утверждаю

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

## МЕНЮ

16 июля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	3,10	3,90	0,30	61,30	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	1,90	5,40	14,50	122,70	0,34
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	1,90	5,40	14,50	122,70	0,34
УСП	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,50	1,70	10,50	79,20	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,60	0,90	18,00	69,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>8,20</b>	<b>11,90</b>	<b>43,20</b>	<b>332,20</b>	<b>0,81</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	к/к	ЙОГУРТ 2,5-3,1%	150	3,75	3,80	6,80	84,80	1,05
2008	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	129	0,39	0,39	8,91	42,47	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>3,80</b>	<b>3,80</b>	<b>6,80</b>	<b>84,80</b>	<b>1,05</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№103	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,00	0,10	1,30	7,00	5,00
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10	5,86	6,18	12,57	131,89	5,79
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ (аллергики)	200/10	5,86	6,18	12,57	131,89	5,79
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,31	3,63	15,66	104,71	0,08
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	110	2,31	3,63	15,66	104,71	0,08
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	5,30	3,00	3,20	67,90	1,16
2008	257	ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (аллергики)	70	5,30	3,00	3,20	67,90	1,16
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	150	0,10	0,00	15,20	63,30	1,16
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
<b>Итого</b>			<b>635</b>	<b>14,30</b>	<b>12,10</b>	<b>68,30</b>	<b>435,90</b>	<b>21,36</b>
<b>Полдник</b>								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	9,70	11,30	11,70	193,60	18,15
УСП	ТК№049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	190	0,00	0,00	6,20	28,00	2,30
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,20	11,20	38,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5,13	3,31	29,54	168,04	0,04
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>16,00</b>	<b>14,60</b>	<b>59,20</b>	<b>436,70</b>	<b>20,53</b>
<b>Всего</b>				<b>42,30</b>	<b>42,40</b>	<b>177,50</b>	<b>1 289,50</b>	<b>43,75</b>