

Утверждаю

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

## МЕНЮ

26 июля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	1,60	5,00	18,00	98,90	0,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	0,60	2,00	11,10	35,60	2,20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	6,70	17,90	2,40	208,30	0,21
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	140	6,70	17,90	2,40	208,30	0,21
УСП	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,50	2,40	12,40	89,90	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>10,40</b>	<b>27,30</b>	<b>43,90</b>	<b>432,70</b>	<b>2,88</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,00	0,20	18,20	82,80	3,60
2008	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	160	0,48	0,48	11,08	52,84	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>18,20</b>	<b>82,80</b>	<b>3,60</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,70	6,30	6,40	83,30	3,86
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/5	3,30	5,90	6,10	98,90	7,06
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/5	3,30	5,90	6,10	98,90	7,06
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	8,80	15,40	1,90	199,90	0,58
2008	257	ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ (аллергики)	80	8,80	15,40	1,90	199,90	0,58
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,60	2,90	28,70	155,10	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	3,60	2,90	28,70	155,10	0,00
УСП	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	1,30	5,60	0,46
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
<b>Итого</b>			<b>705</b>	<b>20,00</b>	<b>31,70</b>	<b>79,60</b>	<b>670,80</b>	<b>11,96</b>
<b>Полдник</b>								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	160	1,20	1,20	12,60	69,30	5,92
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	160	1,20	1,20	12,60	69,30	5,92
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,20	4,50	7,60	97,20	0,54
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
УСП	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	14,00	47,50	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	7,00	6,50	32,70	228,80	0,07
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>15,50</b>	<b>12,80</b>	<b>76,70</b>	<b>489,80</b>	<b>16,53</b>
<b>Всего</b>				<b>45,90</b>	<b>72,00</b>	<b>218,40</b>	<b>1 676,10</b>	<b>34,96</b>