

Утверждаю

Заведующий

0561034-ГБДОУ д/с № 14 Кронштадтского района Санкт-Петербурга

/Остроух Г.Ф./

МЕНЮ

23 июля 2024 г.

Дети ясли

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	3,90	0,30	61,30	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	140	2,30	4,70	16,70	121,40	0,36
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	140	2,30	4,70	16,70	121,40	0,36
УСП	ТК №043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,80	2,30	11,00	91,40	0,57
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
Итого			390	8,90	11,70	45,90	343,20	0,93
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,20	15,20	69,00	3,00
Итого			150	0,00	0,20	15,20	69,00	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,20	2,10	3,90	36,80	2,73
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,90	4,30	5,75	82,20	8,11
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10	2,90	4,30	5,75	82,20	8,11
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	6,80	5,30	6,70	101,90	0,30
2008	252	ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ (аллергики)	70	6,80	5,30	6,70	101,90	0,30
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)	130	1,60	5,20	12,10	101,50	8,04
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	130	1,60	5,20	12,10	101,50	8,04
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,00	0,00	15,60	48,60	0,21
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
Итого			610	14,10	17,80	70,30	466,40	19,39
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	9,90	8,70	22,40	223,80	0,23
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	120	9,90	8,70	22,40	223,80	0,23
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,40	1,50	4,00	30,70	0,08
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	2,80	3,50	8,20	104,20	0,93
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	170	0,19	0,00	6,86	28,21	0,04
УСП	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,40	0,40	10,80	51,70	11,00
Итого			430	13,50	14,10	45,30	410,40	12,24
Всего				36,50	43,80	176,60	1 289,00	35,56