

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

22 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,30	3,00	23,50	108,10	5,88
2008	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,40	1,20	6,90	22,00	3,30
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,70	15,80	2,40	223,10	0,19
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (аллергики)	130	1,50	1,70	10,50	79,20	0,47
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
Итого			380	11,90	21,80	43,30	432,40	9,85
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
2008	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	180	0,54	0,54	12,35	58,88	0,00
Итого			200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
Обед								
УСП	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,00	0,10	1,30	7,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	150/10/1	3,10	2,70	12,20	91,60	4,36
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	10,50	9,70	3,50	145,90	0,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,40	5,10	25,80	146,20	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,00	0,20	16,20	73,60	3,20
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,10	8,40	28,50	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,40	0,70	15,00	57,50	0,00
Итого			621	19,40	18,60	82,20	550,30	13,23
Полдник								
2008	126	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	120	1,70	3,50	6,10	47,60	0,02
УСП	ТК№049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,00	0,00	5,20	23,30	1,92
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,10	8,40	28,50	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	3,70	1,50	28,00	145,70	0,10
УСП	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,00	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			435	7,40	5,60	68,70	341,10	12,04
Всего				44,50	51,10	202,70	1 431,80	35,71