

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга
Михайленко О.Г./



МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4.00	5.00	26.80	155	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5.10	5.00	10.70	108	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
2016	416	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.00	2.50	15.20	99	0,00
Итого			415	13.60	13.00	63.30	416	0,00
II Завтрак								
2021	470	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2.5%	150	4.20	3.80	16.50	120	0,00
Итого			150	4.20	3.80	16.50	120	0,00
Обед								
2017	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	55	0.10	0.10	2.10	12	0,00
2016	63	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	3.20	6.50	8.50	111	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	8.00	12.10	9.00	126	0,00
2016	334	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	130	2.60	5.30	24.60	159	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.90	0.10	13.80	59	0,00
Итого			695	18.30	24.90	82.50	587	0,00
Полдник								
2017	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0.00	0.10	1.10	7	0,00
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	9.70	13.40	21.60	227	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
2021	460	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.80	74	0,00
2022	287	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	3.20	3.80	22.00	109	0,00
ТТК	1/3	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.80	0.20	7.50	38	0,00
Итого			550	17.10	19.40	73.30	499	0,00
Всего				53.20	61.10	235.60	1 622	0,00

Орлова И.В.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

/Михайленко О.Г./

**МЕНЮ**

3 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.00	4.70	21.50	136	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5.10	5.00	10.70	108	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
2016	416	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2.60	2.20	13.00	85	0,00
Итого			365	12.20	12.40	55.80	383	0,00
II Завтрак								
2016	420	РЯЖЕНКА	150	4.40	3.80	6.30	81	0,00
Итого			150	4.40	3.80	6.30	81	0,00
Обед								
2017	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0.00	0.10	1.50	9	0,00
2016	63	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	1.80	3.90	6.60	65	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	6.00	9.00	6.80	95	0,00
2016	334	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	120	2.40	4.90	22.70	147	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.70	0.10	11.50	49	0,00
Итого			540	12.20	18.20	58.40	409	0,00
Полдник								
2017	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	20	0.00	0.00	0.80	4	0,00
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130	7.40	10.20	16.50	173	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
2021	460	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1.70	1.40	9.90	62	0,00
2022	287	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	2.70	3.00	17.60	87	0,00
ТТК	1/3	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	95	0.80	0.20	7.10	36	0,00
Итого			455	13.90	15.00	61.20	406	0,00
Всего				42.70	49.40	181.70	1 279	0,00

Орлова И.В.