

Согласовано

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб

/Бондаренко В.А./

МЕНЮ

1 ноября 2021 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	65	3	4,6	34,3	148	13,02
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,2	8,3	35	226	1,3
	ТК-028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	1,2
Итого			450	13	15,3	82	458	15,52
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
	ТК-015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,4		1,3	7	2,5
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,6	4,5	20	147	4,8
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	85	14	4,8	15	159	0,5
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,8	0,1	8,5	75	16,42
	ТК-042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	22,7	105	1,8
	ТК-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК-021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			704	23,5	10,5	91	610	26,02
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,5	12,6	10,2	104	0
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	145	2,8	2,4	19	96	5,14
	ТК-3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	55	4,2	7,8	27,3	113	0
	ТК-022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180					0
	ТК-5	ЙОГУРТ В ИНД, УПАКОВКЕ	90	2,5	2,3	4,1	51	0,6
Итого			555	23	25,2	67	395	5,74
Всего				60,5	51,2	260,2	1549	51,28