

Согласовано

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб  
\_\_\_\_\_ /Бондаренко В.А./

**МЕНЮ**

6 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6	8	27	203	1,3
	TK-040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,2
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,6</b>	<b>17,7</b>	<b>50,6</b>	<b>349</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	188	0,9	0,2	18,9	81	3,8
<b>Итого</b>			<b>188</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>18,9</b>	<b>81</b>	<b>3,8</b>
<b>Обед</b>								
	TK-015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	53	0,4		1,3	7	2,5
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	6	4,4	16	160	9,6
2014	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	18	11,7	2,8	208	13,5
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2	5,2	11,9	102	10,7
	TK-046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ И ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	180			18	68	1,8
	TK-056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2	0,2	12,7	61	0
	TK-021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,9	0,8	12,9	66	0
<b>Итого</b>			<b>729</b>	<b>30,3</b>	<b>22,3</b>	<b>75,6</b>	<b>672</b>	<b>38,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	105	18,6	9,5	16,9	232	0,21
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,3	6,5	39	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6	4	9,8	99	3
	TK-052	АПЕЛЬСИН	91	0,8	0,2	7,3	39	54,4
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	4,4	7,1	28,8	132	0
<b>Итого</b>			<b>526</b>	<b>30,7</b>	<b>23,1</b>	<b>69,3</b>	<b>541</b>	<b>57,71</b>
<b>Всего</b>				<b>74,5</b>	<b>63,3</b>	<b>214,4</b>	<b>1643</b>	<b>101,11</b>