

Согласовано

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

МЕНЮ

15 октября 2021 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4	8,1	11,7	81	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6	8,7	26,6	209	0,8
	ТК-040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,2
Итого			415	13,2	19,6	51,9	367	1
II Завтрак								
	ТК-002	ГРУША СВЕЖАЯ	149	0,6	0,5	15,5	71	15
Итого			149	0,6	0,5	15,5	71	15
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,7	2,6	1,4	41	1,71
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	1,6	1,8	11,9	70	6,1
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	8,4	12	13,3	269	6,5
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	45	0,9	1,8	2,7	34	0
	ТК-044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		7	102	0
	ТК-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК-021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			738	15,6	19,2	59,8	633	14,31
Полдник								
	ТК-014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	48	0,6	0,1	1,9	12	5,3
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	8,8	8,2	37	258	0,2
	ТК-038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	1
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,5	7	33	230	0,1
Итого			461	19	15,3	80,4	536	6,6
Всего				48,4	54,6	207,6	1607	36,91