

Согласовано

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

МЕНЮ

15 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	30	1,4	2,1	15,8	68	6
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			415	11,4	12,8	63,5	378	8,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	182	0,9	0,2	18,4	78	3,6
Итого			182	0,9	0,2	18,4	78	3,6
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	80	12,4	4,6	15	152	0,4
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			699	21,9	10,3	91	603	25,92
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,5	12,6	10,2	104	0
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,9	2,5	19,6	99	5,3
	ТК-3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,8	7,1	24,8	103	0
	ТК-022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180					0
	ТК-5	ЙОГУРТ В ИНД, УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	57	0,7
Итого			565	23	24,8	65,5	394	6
Всего				57,2	48,1	238,4	1453	44,02