

Согласовано

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

МЕНЮ

23 ноября 2021 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ 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	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	8,1	27,9	205	1,3
	ТК-040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,2
Итого			415	11,7	17,8	51,5	351	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	176	0,9	0,2	17,8	76	3,5
Итого			176	0,9	0,2	17,8	76	3,5
Обед								
	ТК-014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	47	0,5	0,1	1,9	12	5,3
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	5,6	5,5	20,1	152	6,5
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	195	25,4	9,3	22,3	300	18,3
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,4	0,2	17	73	66,3
	ТК-003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			668	34,4	15,8	78	620	96,4
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	11,7	6,7	3,7	122	1,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	2,8	4,7	17,9	122	9,38
	ТК-048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	21,7	88	1,6
	ТК-003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,3	0,9	25,9	130	0
Итого			450	19,9	12,5	75,6	493	12,08
Всего				66,9	46,3	222,9	1540	113,48