

Согласовано

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

**МЕНЮ**

1 февраля 2023 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		
<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
	ТК№-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>								
	ТК№-020	БАНАН СВЕЖИЙ	154	2,3	0,8	31,5	144	10,05
<b>Итого</b>			<b>154</b>	<b>2,3</b>	<b>0,8</b>	<b>31,5</b>	<b>144</b>	<b>10,05</b>
<b>Обед</b>								
2008	30	*САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	50	0,8	4,8	3,7	59	0
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	6,5	6,8	12,3	138	6,8
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	80	10,7	6	13,8	150	0,3
ТТК№ - 341	ТТК№ - 341	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150	2,5	4,2	14,8	112	10,8
	ТК№-046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ И ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	175			17,5	66	1,75
	ТК№-056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
	ТК№-021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>24,4</b>	<b>22,8</b>	<b>87,7</b>	<b>652</b>	<b>19,65</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	18,5	11,9	16,6	253	0,2
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1	2,5	6,7	54	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	199	6,1	5,3	10	111	2,98
2012	368	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,9	44	0
2008	457	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,6	8,3	36,2	237	0
<b>Итого</b>			<b>509</b>	<b>30,6</b>	<b>28,4</b>	<b>79,4</b>	<b>699</b>	<b>3,28</b>
<b>Всего</b>				<b>69,9</b>	<b>69,7</b>	<b>249,2</b>	<b>1844</b>	<b>34,48</b>