

Согласовано

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

МЕНЮ

5 сентября 2022 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,2	8,3	35	262	1,3
	ТК№-038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		6,3	26	0,8
Итого			428	10,5	12,4	48,3	350	2,1
II Завтрак								
2012	368	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66	0
Итого			150	0,6	0,6	14,8	66	0
Обед								
	ТК№-015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0,4		1,3	7	2,5
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,6	5,8	5,6	97	3,4
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,3	10,6	2,9	151	0,3
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3	4,8	19,5	134	9,3
	ТК№-039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,6	97	0,9
	ТК№-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			720	23,6	22,1	73,8	589	16,4
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	205	22,1	27,3	33,2	467	1,5
	ТК№-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№-022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,5	2	3,5	154	13,5
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,5	2,5	17,3	109	0
Итого			460	33,8	32	64,6	781	15
Всего				68,5	67,1	201,5	1786	33,5