

Согласовано

Звездующий

ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб

/Бондаренко В.А./

МЕНЮ

9 января 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		
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		5,8	25	0,8
Итого			428	10,5	12,4	47,8	349	2,1
II Завтрак								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	170	0,9	0,2	17,2	73	3,4
Итого			170	0,9	0,2	17,2	73	3,4
Обед								
	ТК№017	*ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	48	0,4		0,8	6	2,4
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,6	5,7	5,5	94	2,8
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,3	10,5	2,9	151	0,3
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3	4,8	19,5	134	9,3
	ТК№-035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
	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			719	23,5	21,8	58	522	14,8
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,4	26,2	34	458	1,4
	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	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,8	7,1	24,8	164	0
Итого			455	32,4	35,5	72,9	827	14,9
Всего				67,3	69,9	195,9	1771	35,2