

Согласовано

И.о. заведующего  
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб  
\_\_\_\_\_/Ионова О.В./

## МЕНЮ

9 сентября 2022 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	40	4,5	9,2	13,3	92	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ( "ДРУЖБА")	200	6,2	10	26,8	209	0,8
	ТК№-040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,2
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>13,9</b>	<b>22</b>	<b>53,7</b>	<b>378</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	368	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,8</b>	<b>66</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,9	3,2	1,7	50	2,09
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	1,6	1,9	11,8	70	6
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	16,3	12,8	20,3	262	0
к/к	К/К	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,7	23	0
	ТК№-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№-021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,9	0,8	12,9	66	0
<b>Итого</b>			<b>707</b>	<b>22,4</b>	<b>18,9</b>	<b>63</b>	<b>522</b>	<b>8,09</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	32	0,4	0,1	1,2	8	8,1
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	145	7,6	8,2	28,9	220	0,1
	ТК№-038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	1
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	7,4	4,9	29,7	193	0
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>15,5</b>	<b>13,2</b>	<b>68,3</b>	<b>457</b>	<b>9,2</b>
<b>Всего</b>				<b>52,4</b>	<b>54,7</b>	<b>199,8</b>	<b>1423</b>	<b>18,29</b>