

Согласовано

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

**МЕНЮ****19 сентября 2022 г.****Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>10,5</b>	<b>12,4</b>	<b>47,8</b>	<b>349</b>	<b>2,1</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>								
	ТК№-015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	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	96	3,4
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,2	10,2	2,8	148	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
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>23,5</b>	<b>21,7</b>	<b>73,7</b>	<b>585</b>	<b>16,4</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,2	26	33,3	453	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	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,4	2,7	16,8	109	0
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>32,8</b>	<b>30,9</b>	<b>64,2</b>	<b>767</b>	<b>14,9</b>
<b>Всего</b>				<b>67,4</b>	<b>65,6</b>	<b>200,5</b>	<b>1767</b>	<b>33,4</b>