

Согласовано

Звездующий
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб
_____ /Бондаренко В.А./

МЕНЮ

23 января 2023 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 | | |
| 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 | | 5,7 | 24 | 0,8 |
| Итого | | | 428 | 10,5 | 12,4 | 47,7 | 348 | 2,1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 368 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 71 | 15 |
| Итого | | | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 71 | 15 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№017 | *ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 50 | 0,4 | | 0,8 | 7 | 2,5 |
| 2012 | 85 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/10/10 | 5,6 | 5,6 | 5,6 | 94 | 3,4 |
| 2012 | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 70 | 11,2 | 9,1 | 2,8 | 137 | 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 | | | 715 | 23,5 | 20,4 | 73,2 | 572 | 16,4 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 304 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 21 | 24,9 | 33,3 | 441 | 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 | 2,6 | 17 | 108 | 0 |
| Итого | | | 455 | 32,6 | 29,7 | 64,4 | 754 | 14,9 |
| Всего | | | | 67,2 | 63,1 | 200 | 1745 | 48,4 |