

Согласовано

Звездующий
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб
/Бондаренко В.А./**МЕНЮ**
28 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6	8	27	203	1,3
	ТК№-040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,2
Итого			415	12,6	17,7	50,6	349	1,5
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	53	0,4		1,3	7	2,5
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	6,5	6,7	12,3	137	6,8
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	80	10,8	6,2	14,4	155	0,3
ТТК№ - 341	ТТК№ - 341	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150	2,2	6,8	14,3	134	5,4
	ТК№-046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ И ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	180			18	68	1,8
	ТК№-056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2	0,2	12,7	61	0
	ТК№-021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			740	23,8	20,7	85,9	628	16,8
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	18,2	12	13,9	242	0,2
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,4	6,7	53	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,1	5,3	10	111	2,98
2012	368	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,9	44	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,5	8,3	35,6	235	0
Итого			510	30,1	28,4	76,1	685	3,28
Всего				67,1	67,4	227,4	1728	21,58