

Утверждаю

ГБДОУ детский сад №21 Приморский район г. Санкт-Петербург, ул. Торжковская д.9, лит. А

Заведующий

Бачевская В.А./



МЕНЮ

1 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	6,55	7,28	31,46	218,14	0,51
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			415	10,75	11,78	59,96	370,14	2,81
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,00	72,00	3,60
Итого			180	0,90	0,18	18,00	72,00	3,60
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	4,98	3,91	20,94	139,25	3,07
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,59	16,26	7,98	162,91	0,20
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,64	2,93	11,19	82,23	8,39
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,11	13,84	57,40	1,08
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			700	20,31	24,16	78,75	565,79	14,74
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,50	12,60	10,20	104,00	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,94	3,21	19,53	119,45	9,15
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,84	7,17	25,05	104,03	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
Итого			565	29,32	27,71	73,40	588,89	12,85
Всего				61,28	63,83	230,11	1 596,82	34,00

Повар

Григорьева А.А.

Утверждаю

ГБДОУ детский сад №21 Приморский район г. Санкт-Петербург, ул. Торжковская д.9, лит. А

Заведующий

Бачевская В.А./

МЕНЮ

1 июля 2024 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,61	6,43	21,48	162,68	0,40
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	8,81	10,93	49,98	314,68	2,70
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	15,90	63,60	0,00
Итого			150	0,00	0,00	15,90	63,60	0,00
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,70	3,40	15,00	125,10	2,80
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,46	12,22	5,96	122,21	0,20
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,70	0,10	7,80	69,40	7,90
		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,08	11,29	46,69	0,80
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			560	13,35	16,42	55,15	439,30	13,30
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,93	6,74	8,97	205,10	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	3,92	15,60	107,40	7,20
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			365	13,35	11,28	45,67	410,80	8,00
Всего				35,51	38,63	166,70	1 228,38	24,00

Повар _____

Григорьева А.А.