

Утверждаю

0561025-ГБДОУ детский сад № 18 Кронштадтского района Санкт-Петербурга
Заведующий
/Кошкина М. И /**МЕНЮ**
13 мая 2024 г.**Дети сад**

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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	3,10	4,50	0,30	61,30	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (аллергики)	19	3,10	4,50	0,30	61,30	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ	190	4,00	6,30	32,90	203,50	0,46
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	190	6,40	6,30	30,40	204,10	0,00
усп	043	КАКАО С МОЛОКОМ	185	1,53	2,45	10,30	82,21	0,48
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ (аллергики)	180	1,50	2,40	10,10	80,60	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,20	1,20	24,00	92,00	0,00
Итого			453	10,83	14,45	67,50	439,01	0,94
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	181	0,00	0,20	18,20	82,80	3,60
Итого			181	0,00	0,20	18,20	82,80	3,60
Обед								
усп	017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	58	0,00	0,10	1,00	7,80	3,00
2008	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/5	3,83	4,23	7,64	86,68	6,49
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	180/10/5	2,10	2,90	6,70	68,10	8,70
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	14,76	7,43	2,48	136,11	0,16
2008	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергики)	80	12,55	5,00	2,24	103,12	0,00
2012	322	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,32	5,56	19,80	134,43	9,24
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	150	2,35	5,61	19,99	135,76	10,56
УСП	045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,00	0,10	17,00	70,70	0,00
УСП	003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,66	0,20	14,00	47,50	0,00
УСП	004	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ В/С	28	1,60	0,90	18,00	69,00	0,00
Итого			714	24,17	18,52	79,92	552,22	18,89
Полдник								
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,02	10,80	6,74	176,42	0,61
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики)	70	8,59	6,26	8,08	0,10	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	135	2,00	1,68	9,95	68,54	5,95
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир)	187	3,50	5,40	7,40	98,10	18,50
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ДЖЕМОМ	60	3,17	5,45	41,68	224,14	4,07
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	14,00	47,50	0,00
Итого			475	23,39	23,53	79,77	614,70	29,13
Всего				58,39	56,70	245,39	1 688,73	52,56

Калькулятор

Котельникова Т. А.