

Утверждаю

0561025-ГБДОУ детский сад № 18 Кронштадтского района Санкт-Петербурга



Заведующий

Кошкина М. И /

# МЕНЮ

19 сентября 2024 г.

## Дети сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,70	3,40	28,60	128,30	2,40
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	0,50	1,60	8,90	28,50	1,76
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	7,10	19,20	2,50	222,40	0,21
2008	265	ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ (аллергики)	155	7,24	19,58	2,55	226,85	1,02
ТК	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,70	4,60	19,43	143,11	0,98
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	5,70	0,00	19,30	26,17	0,00
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>15,00</b>	<b>28,80</b>	<b>59,43</b>	<b>522,31</b>	<b>5,35</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА)	190	5,50	4,80	8,00	102,60	0,57
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>5,50</b>	<b>4,80</b>	<b>8,00</b>	<b>102,60</b>	<b>0,57</b>
<b>Обед</b>								
ТК №015	015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,00	0,10	1,50	8,40	6,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/10/1	5,01	4,22	13,88	113,91	4,97
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	180/10/1	3,60	4,20	14,20	112,70	6,80
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	15,30	15,05	3,79	211,69	2,17
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,20	4,30	39,00	196,70	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,00	0,20	18,20	82,80	3,60
УСП	003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,00	0,10	8,40	28,50	0,00
УСП	004	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ В/С	35	1,90	1,00	21,00	80,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>691</b>	<b>28,41</b>	<b>24,97</b>	<b>105,77</b>	<b>722,50</b>	<b>16,74</b>
<b>Полдник</b>								
2008	126	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	150	2,20	5,10	7,60	64,10	0,02
УСП	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,00	0,00	9,10	39,60	2,30
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	180	0,00	0,00	9,10	39,60	0,90
УСП	003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,70	0,20	14,00	47,50	0,00
2008	467	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,83	4,10	28,13	168,67	0,10
2008	020	БАНАН СВЕЖИЙ	120	1,20	0,60	25,20	115,20	12,00
<b>Итого</b>			<b>525</b>	<b>9,93</b>	<b>10,00</b>	<b>84,03</b>	<b>435,07</b>	<b>14,42</b>
<b>Всего</b>				<b>58,84</b>	<b>68,57</b>	<b>257,23</b>	<b>1 782,48</b>	<b>37,08</b>

Кладовщик

Котельникова Т. А