

Утверждаю

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

Заведующий

/Кошкина М. И./



МЕНЮ 19 сентября 2024 г.

Дети ясли

Сборник рецептов	№ 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	40	1,31	3,03	23,74	109,18	5,94
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,90	1,60	1,80	22,00	3,30
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,61	11,98	2,28	117,81	0,20
усп	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,50	1,70	10,50	79,20	0,47
Итого			380	12,32	18,31	38,32	328,19	9,91
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
Итого			200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
Обед								
усп	015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,00	0,10	1,30	7,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	150/10/1	3,10	2,70	12,20	91,60	4,36
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	10,50	9,70	3,50	130,30	0,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,40	5,10	25,80	146,20	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,00	0,20	16,20	73,60	0,00
усп	003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,00	0,10	8,40	28,50	0,00
усп	004	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ МУКИ В/С	25	1,40	0,70	15,00	57,50	0,00
Итого			621	19,40	18,60	82,40	534,70	10,03
Полдник								
2008	126	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	150	2,20	5,10	7,60	64,10	0,02
усп	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,00	0,00	5,20	23,30	1,92
2011	1	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,00	0,10	8,40	28,50	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	3,74	1,52	28,28	147,16	0,10
усп	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,00	0,50	21,00	96,00	10,00
Итого			465	7,94	7,22	70,48	359,06	12,04
Всего				45,46	49,13	199,60	1 329,95	32,58

Кладовщик _____

Котельникова Т. А