

Утверждаю

ГБДОУ детский сад №21 Приморский район Санкт-Петербург ул. Омская д.20

Заведующий

/Бачевская В. А./

# МЕНЮ

19 апреля 2024 г.

Сад 12 часов



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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,55	5,43	13,25	126,18	0,10
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>14,95</b>	<b>18,23</b>	<b>53,65</b>	<b>412,18</b>	<b>1,40</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	1,50	45,60	1,90
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,20	4,12	11,88	105,79	6,06
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	18,08	15,57	26,01	316,61	11,92
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,00	2,00	3,00	37,30	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	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
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>29,02</b>	<b>25,54</b>	<b>72,89</b>	<b>724,30</b>	<b>20,18</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5,30	8,40	28,90	242,00	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	2,40	11,30	48,00	227,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>463</b>	<b>8,42</b>	<b>19,80</b>	<b>87,32</b>	<b>517,50</b>	<b>6,20</b>
<b>Всего</b>				<b>52,99</b>	<b>64,07</b>	<b>229,36</b>	<b>1 724,48</b>	<b>30,78</b>

Повар

Козлова О.П.

Утверждаю



ГБДОУ детский сад №21 Приморский район Санкт-Петербург, ул. Омская д.20

Заведующий  
Бачевская В. А./

## МЕНЮ

19 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,02	3,80	10,60	94,25	0,07
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>9,82</b>	<b>8,10</b>	<b>42,70</b>	<b>299,25</b>	<b>2,37</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	1,20	36,50	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,37	3,34	10,54	89,97	5,23
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	11,16	9,42	24,86	229,28	11,89
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,79	1,19	14,75	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>18,36</b>	<b>16,05</b>	<b>54,22</b>	<b>507,13</b>	<b>17,22</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,12	6,57	22,64	188,16	0,10
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	1,84	8,75	36,72	144,72	0,00
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>7,63</b>	<b>15,55</b>	<b>74,76</b>	<b>404,88</b>	<b>6,00</b>
<b>Всего</b>				<b>36,41</b>	<b>40,20</b>	<b>187,18</b>	<b>1 281,76</b>	<b>28,59</b>

Повар

Козлова О.П.