

Утверждаю



Заведующий

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

/Бачевская В. А./

# МЕНЮ

16 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,97	3,74	10,60	93,50	0,07
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	210	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>12,24</b>	<b>14,64</b>	<b>52,10</b>	<b>375,50</b>	<b>1,07</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,00	0,00	20,16	337,68	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20,16</b>	<b>337,68</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,20	5,20	6,60	118,00	6,80
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	19,30	21,00	22,00	355,00	18,70
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>676</b>	<b>27,10</b>	<b>27,29</b>	<b>69,20</b>	<b>661,40</b>	<b>102,50</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	8,30	0,46	0,30	144,40	0,90
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,70	4,60	17,50	119,40	9,00
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,30	0,90	25,90	130,00	0,10
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>16,42</b>	<b>6,20</b>	<b>71,82</b>	<b>513,00</b>	<b>11,40</b>
<b>Всего</b>				<b>55,76</b>	<b>48,13</b>	<b>213,28</b>	<b>1 887,58</b>	<b>114,97</b>

Повар

Козлова О.П.

Утверждаю

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

Заведующий  
Бачевская В. А./



## МЕНЮ

16 апреля 2024 г.

### Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,00	3,78	10,60	93,99	0,07
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160	3,80	6,10	20,90	154,00	0,40
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>11,00</b>	<b>11,68</b>	<b>45,10</b>	<b>324,99</b>	<b>2,17</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,00	0,00	21,20	84,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>21,20</b>	<b>84,80</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,20	4,00	5,00	92,40	4,60
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	15,66	17,17	17,78	218,16	14,95
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>541</b>	<b>21,86</b>	<b>22,09</b>	<b>56,68</b>	<b>467,76</b>	<b>83,31</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	8,30	5,33	0,20	81,00	0,70
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,38	3,70	15,70	107,00	7,54
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,02	4,65	24,34	165,64	0,10
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>13,80</b>	<b>13,90</b>	<b>64,74</b>	<b>459,64</b>	<b>9,54</b>
<b>Всего</b>				<b>46,66</b>	<b>47,67</b>	<b>187,72</b>	<b>1 337,19</b>	<b>95,02</b>

Повар

Козлова О.П.