

Утверждаю

ГБДОУ детский сад №21 Приморский район г. Санкт-Петербург, ул. Торжковская д.9, лит. А

Заведующий

/Бачевская В.А./



## МЕНЮ

23 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,86	0,46	13,73	90,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	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>415</b>	<b>12,13</b>	<b>11,36</b>	<b>55,23</b>	<b>372,00</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,00	72,00	3,60
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,18</b>	<b>18,00</b>	<b>72,00</b>	<b>3,60</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	4,95	4,75	17,01	130,72	6,74
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>27,85</b>	<b>26,84</b>	<b>79,61</b>	<b>674,12</b>	<b>102,44</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	2,73	4,44	18,52	125,35	8,98
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,14	0,14	9,23	39,63	1,44
	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>16,47</b>	<b>6,06</b>	<b>60,35</b>	<b>470,38</b>	<b>11,42</b>
<b>Всего</b>				<b>57,35</b>	<b>44,44</b>	<b>213,19</b>	<b>1 588,50</b>	<b>118,46</b>

Повар

Григорьева А.Ю.

Утверждаю

ГБДОУ детский сад №21 Приморский район г. Санкт-Петербург, ул. Торжковская д.9, лит. А  
Заведующий  
/Бачевская В.А./



## МЕНЮ

23 июля 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	3,86	0,46	13,73	90,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,00	0,40
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>10,86</b>	<b>8,36</b>	<b>48,23</b>	<b>321,00</b>	<b>2,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	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№00 1	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	4,18	4,24	12,18	103,83	4,67
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	15,50	17,00	17,60	216,00	14,80
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>541</b>	<b>22,68</b>	<b>22,16</b>	<b>63,68</b>	<b>477,03</b>	<b>83,23</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	2,33	3,90	15,72	107,56	7,62
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	7,69	33,04	1,20
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,00	4,60	24,10	164,00	0,10
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>13,75</b>	<b>14,07</b>	<b>54,11</b>	<b>416,60</b>	<b>9,62</b>
<b>Всего</b>				<b>47,29</b>	<b>44,59</b>	<b>187,22</b>	<b>1 299,43</b>	<b>94,95</b>

Повар

Григорьева А.Ю.