

Утверждаю

Пр № 4/2-О от 10.01.2023 Заведующий
ГБДОУ детский сад №22 Пушкинского района СПб
/ Яламова Ю.А./

МЕНЮ
22 ноября 2024 г.

Ясли 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 3,24 | 4,10 | 7,00 | 62,00 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 3,80 | 6,10 | 20,90 | 154,10 | 0,00 |
| | ТК№03 5 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 33,60 | 0,00 |
| Итого | | | 371 | 7,04 | 10,20 | 36,30 | 249,70 | 0,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 64,50 | 0,00 |
| Итого | | | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 64,50 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 40 | 0,60 | 2,30 | 3,20 | 36,50 | 0,00 |
| 2012 | 73 | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 4,30 | 5,60 | 9,80 | 97,40 | 0,00 |
| 2012 | 310 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 60 | 10,24 | 5,12 | 1,84 | 94,00 | 0,00 |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 120 | 3,20 | 2,70 | 15,50 | 97,40 | 0,00 |
| | ТК№03 6 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 150 | 0,10 | 0,10 | 18,10 | 73,50 | 0,00 |
| | ТК№01 6 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,70 | 0,20 | 10,70 | 51,70 | 0,00 |
| | ТК№00 4 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 | 0,00 |
| Итого | | | 575 | 21,24 | 16,52 | 66,84 | 489,80 | 0,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | ТК№01 1 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0,30 | 0,00 | 1,00 | 5,60 | 0,00 |
| 2012 | 276 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 120 | 14,00 | 13,20 | 13,50 | 144,00 | 0,00 |
| | ТК№03 1 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,30 | 0,00 | 20,80 | 85,00 | 0,00 |
| | ТК№00 3 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 3,91 | 7,31 | 25,54 | 168,92 | 0,00 |
| Итого | | | 375 | 19,51 | 20,63 | 67,24 | 434,52 | 0,00 |
| Всего | | | | 48,54 | 47,50 | 185,53 | 1 238,52 | 0,00 |

Синя