

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 апреля 2025 г.

Сад 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,90 | 2,80 | 21,10 | 90,70 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 205 | 5,10 | 6,80 | 27,90 | 232,00 | 0,00 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| Итого | | | 431 | 7,00 | 9,60 | 57,40 | 356,70 | 0,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 77,40 | 0,00 |
| Итого | | | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 77,40 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 50 | 0,80 | 2,90 | 4,00 | 45,60 | 0,00 |
| 2012 | 73 | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 5,70 | 7,50 | 13,10 | 121,20 | 0,00 |
| 2012 | 310 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 70 | 10,40 | 4,00 | 9,30 | 135,30 | 0,00 |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 4,00 | 3,40 | 19,40 | 121,80 | 0,00 |
| | ТК№047 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 180 | 0,12 | 0,12 | 21,72 | 88,20 | 0,00 |
| | 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 |
| Итого | | | 715 | 24,60 | 18,87 | 91,02 | 629,10 | 0,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | ТК№015 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0,30 | 0,00 | 1,00 | 5,60 | 0,00 |
| 2012 | 276 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 150 | 17,50 | 16,50 | 16,90 | 216,30 | 0,00 |
| | ТК№044 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,36 | 0,00 | 25,00 | 102,00 | 0,00 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,04 | 0,24 | 12,72 | 61,20 | 0,00 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 3,80 | 7,10 | 24,80 | 169,30 | 0,00 |
| Итого | | | 450 | 24,00 | 23,84 | 80,42 | 554,40 | 0,00 |
| Всего | | | | 56,50 | 52,49 | 247,02 | 1 617,60 | 0,00 |