

Утверждаю

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

МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	105	11,87	24,15	35,00	241,50	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,00
Итого			490	21,07	34,95	75,60	521,50	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	177	0,88	0,18	17,85	76,00	0,00
Итого			177	0,88	0,18	17,85	76,00	0,00
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00	0,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	6,00	4,40	16,00	159,90	0,00
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	18,64	8,15	7,49	179,71	0,00
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	140	2,26	6,49	12,60	117,59	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			727	31,92	20,40	85,59	689,30	0,00
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	18,05	9,18	16,42	225,42	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,90	2,30	6,50	39,00	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	198	5,94	3,96	9,70	97,91	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,27	6,89	27,94	128,04	0,00
Итого			508	29,96	22,53	68,06	528,37	0,00
Всего				83,83	78,06	247,10	1 815,17	0,00

Смаф