

ГБДОУ детский сад №110 Фрунзенского района Санкт-Петербурга



МЕНЮ

1 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетич еская ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки , г	Жиры , г	Углеводы , г		
Завтрак								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,34	1,94	8,00	59,15	0,04
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,96	7,16	18,78	159,89	0,44
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	110	4,84	1,27	31,61	157,01	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,11	2,56	12,05	84,64	0,48
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2024	49	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
2024	39	ПРЯНИКИ (аллергии)	20	1,18	0,94	25,00	71,30	0,00
Итого			395	11,17	11,85	45,96	339,78	37,06
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	180	3,59	2,69	5,39	86,22	1,26
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			180	3,59	2,69	5,39	86,22	1,26
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	30	0,48	2,02	2,83	32,22	8,29
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/10	6,83	6,03	6,64	108,12	0,95
2024	53	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, ГОВЯДИНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	150/20/10	4,12	2,91	5,56	64,90	6,06
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	50	6,27	4,63	5,57	88,89	0,16
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ (аллергии)	50	9,62	6,83	10,96	143,63	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	110	2,17	4,20	14,33	104,33	6,66
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	110	1,89	0,38	15,41	72,83	7,80
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,84	0,05	14,70	63,31	0,27
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			545	17,85	17,15	54,67	447,86	16,33
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,89	15,71	23,19	338,26	0,25
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	130	2,47	0,49	20,16	95,22	10,20
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,30	21,71	0,28
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,15	0,30	24,15	100,50	600,00
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			330	25,37	16,62	62,93	512,87	600,53
Всего				57,98	48,31	168,95	1 386,73	655,18