



ГБДОУ детский сад №110 Фрунзенского района Санкт-Петербурга
Заведующий
Шорникова И.А./

МЕНЮ
6 день
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая 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	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,12	7,16	17,65	152,05	0,34
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	130	1,35	9,88	23,89	189,84	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,45	1,83	11,71	73,65	0,39
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2024	48	АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
2024	39	ПРЯНИКИ (аллергии)	20	1,18	0,94	25,00	71,30	0,00
Итого			395	9,77	11,12	45,06	325,70	57,77
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИ	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	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ Э	40	0,34	2,04	0,75	23,43	3,52
2024	36	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕН	150/25/1	7,44	3,69	33,77	198,28	3,53
2024	36	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	150/25/1	4,10	1,36	27,05	137,03	8,46
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	14,03	8,98	2,13	161,01	10,44
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ (аллергии)	60	13,19	12,41	1,85	187,82	10,76
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	110	1,92	4,83	10,07	97,68	6,92
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (аллергии)	110	1,36	0,20	8,06	39,77	7,93
2024	37	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,09	0,07	8,75	36,29	0,46
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕНН	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			566	25,54	20,18	69,54	586,58	24,87
Полдник								
2024	43	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	9,60	10,00
2024	33	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	13,84	15,85	28,19	311,10	1,57
2024	33	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	160	13,58	19,28	29,77	346,73	0,67
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
2024	39	ПРЯНИКИ	20	1,18	0,94	25,00	71,30	0,00
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	44,52	0,70
2012	368	ГРУША (аллергии)	95	0,38	0,29	9,79	44,65	4,75
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕНН	20	0,92	0,17	8,46	40,68	0,00
Итого			490	19,28	19,54	74,66	505,49	12,29
Всего				58,18	53,53	194,65	1 503,99	96,19