

ГБДОУ детский сад №110 Фрунзенского района Санкт-Петербурга



МЕНЮ **4 день** **Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,84	3,56	10,28	89,17	0,08
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2024	TK № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	5,07	7,87	22,25	181,04	0,68
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	150	1,35	0,19	23,89	102,64	0,00
2024	TK № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,61	2,99	10,71	85,35	0,57
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2024	№ 24 TK №	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
2024		ПРЯНИКИ (аллергии)	30	1,77	10,41	12,10	109,80	0,00
Итого			460	13,48	14,66	52,24	401,16	39,33
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
Обед								
2024	TK № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	TK № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/8/1	5,00	8,92	12,31	155,00	5,62
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	180/15/4	5,74	13,76	4,85	166,31	11,54
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	11,09	10,70	9,56	178,82	0,08
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергии)	70	11,20	8,94	9,97	165,01	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,23	2,40	33,46	176,40	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	150	5,34	0,63	34,19	163,93	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,17	0,03	7,47	29,54	0,15
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	TK № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			695	24,33	22,71	79,84	626,35	8,35
Полдник								
2024	TK № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	19,06	23,86	33,52	424,90	1,66
2024	TK № 27	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	200	19,56	24,50	29,10	414,74	0,34
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2024	TK № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	TK № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	8,47	5,31	31,13	206,95	0,04
2024	TK № 42	ПРЯНИКИ (аллергии)	30	1,77	10,41	12,10	109,80	0,00
Итого			475	30,09	29,57	93,43	760,24	5,30
Всего				70,69	71,94	238,58	1 878,51	54,08