

Утверждаю

заведующий

ГБДОУ детский сад № 103 Фрунзенского района СПб

Я.Ю. Позднякова /Позднякова Я.Ю./

МЕНЮ

11 июня 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	30	3,99	3,41	13,11	99,77	0,06
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,18	5,78	26,02	176,61	0,48
2008	323	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	7,44	6,61	45,52	271,22	0,00
	TKN040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,49	2,10	10,16	69,99	0,45
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,04	0,00	9,76	39,19	0,00
Итого			415	11,66	11,29	49,29	346,37	0,99
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Итого			180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Обед								
	TKN015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	4,40	5,17	12,30	115,59	6,79
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/15	8,15	7,73	14,58	160,58	7,38
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	18,64	8,80	2,74	186,02	14,26
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ (аллергики)	80	17,67	9,86	3,48	194,53	14,84
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,60	5,87	14,02	124,89	4,67
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (аллергики)	150	2,40	6,16	15,04	125,90	5,61
	TKN046	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,11	14,43	59,81	1,10
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			730	30,06	20,94	70,39	620,41	28,82
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	19,95	12,82	15,58	263,13	0,21
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	4,30	5,46	45,46	248,17	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,92	2,20	6,69	50,40	0,12
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,90	1,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	13,32	54,01	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	100	0,41	0,41	10,06	48,27	10,27
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,61	7,14	35,50	224,64	0,00
Итого			510	32,28	26,36	75,07	675,07	16,63
Всего				74,90	58,77	212,93	1 719,25	50,04

медсестра

Виноградова И.Б.