

Утверждаю

заведующий

ГБДОУ детский сад № 103 Фрунзенского района СПб

/Позднякова Я.Ю./

МЕНЮ

8 июля 2025 г.

Ясли 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,19	2,08	2,50	33,38	0,60
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,33	13,88	1,85	173,65	0,15
	TKN029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
Итого			350	18,56	23,26	26,95	376,03	1,35
II Завтрак								
	TKN002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,34	0,04	3,15	33,00	1,10
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,15	6,24	8,16	108,45	0,44
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,60	11,50	11,55	195,97	0,46
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,86	3,77	11,75	88,16	5,07
	TKN033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	TKN003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			555	20,35	22,17	54,51	580,88	7,07
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,98	2,03	9,47	70,24	0,40
	TKN003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TKN008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,07	0,02	5,97	23,34	0,10
	TKN005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			475	10,87	9,57	48,27	329,68	0,50
Всего				50,38	55,50	145,23	1 357,09	11,92

Ответственный исполнитель



Алешова М.Г.