

Утверждаю

заведующий
ГБДОУ детский сад № 103 Фрунзенского района СПб
Я.Ю. Позднякова /Позднякова Я.Ю./

МЕНЮ

31 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
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,32	20,40	167,80	0,41
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	7,33	6,77	33,23	222,86	0,00
	TK№02 9	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/15	0,19	0,00	14,54	58,91	0,00
Итого			365	12,04	14,62	43,00	336,80	1,01
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	0,00	0,00	15,90	63,60	0,00
Итого			150	0,00	0,00	15,90	63,60	0,00
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,64	6,12	4,74	76,65	1,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,15	6,22	7,61	105,61	1,83
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, , ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	150/10	3,88	5,50	4,77	84,45	0,84
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	9,78	6,87	5,18	121,71	0,26
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	60	8,92	8,86	6,07	139,58	0,34
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,79	1,65	8,92	62,66	0,37
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ (аллергии)	120	2,09	0,20	9,46	48,62	0,00
	TK№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,04	0,00	4,92	19,84	0,00
	TK№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	TK№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			580	19,13	21,56	49,70	477,40	4,26
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,92	11,73	16,35	247,67	0,19
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	3,06	5,29	32,30	188,95	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,04	0,00	8,21	33,00	0,00
	TK№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008		ЯБЛОКО (аллергии)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	TK№00 8	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	1,48	1,88	14,62	81,40	0,00
Итого			370	24,60	16,81	45,77	441,27	16,19
Всего				55,77	52,99	154,37	1 319,07	21,46

Ответственный исполнитель

Алешова М.Г.