

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 августа 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,81	6,15	23,13	163,56	0,41
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	3,06	5,29	32,30	188,95	0,00
	ТК№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,08	0,00	5,97	24,18	0,00
Итого			371	7,13	10,25	36,10	249,74	0,41
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	0,00	0,00	16,49	65,96	0,00
Итого			150	0,00	0,00	16,49	65,96	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	3,20	36,50	0,10
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	7,94	11,64	2,37	145,98	0,34
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	60	6,99	7,20	5,99	116,58	0,50
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	5,04	3,72	30,72	176,60	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	12,22	6,72	55,39	330,47	0,00
	ТК№03 6	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,65	7,58	16,60	159,03	0,54
Итого			575	21,13	26,04	89,39	682,61	1,58
Полдник								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	13,22	11,66	28,68	272,86	0,49
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,81	0,07	13,94	60,62	0,27
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,29	3,67	28,36	163,54	0,00
Итого			375	19,62	15,52	78,38	533,62	2,36
Всего				47,88	51,81	220,36	1 531,93	4,35

ответственный исполнитель

Алешова М.Г.