

Утверждаю

ГБДОУ детский сад № 23 Курортного района Санкт-Петербурга
 Ведущий
 Плужина Т.В./



МЕНЮ

23 января 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2.7	4.7	21.3	148	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3.9	3.5	10.6	90	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.5	10.6	54	0,00
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2.1	1.5	12.5	78	0,00
Итого			360	10.2	10.2	55.0	370	0,00
II Завтрак								
2021	470	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.2	3.8	16.5	120	0,00
Итого			150	4.2	3.8	16.5	120	0,00
Обед								
2017	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0.0	0.1	1.5	9	0,00
2016	101	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150	3.0	3.2	13.6	103	0,00
2016	164	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	160	7.8	8.1	23.3	190	0,00
2016	372	СОУС СМЕТАННЫЙ	25	0.3	1.0	1.4	17	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	9.3	44	0,00
2016	398	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0.8	0.1	15.8	66	0,00
Итого			545	13.2	12.7	64.9	429	0,00
Полдник								
2021	322	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ И МЯСА	135	7.2	7.9	15.5	148	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	9.3	44	0,00
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0.8	0.0	19.1	83	0,00
2008	451/455	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ	40	2.0	1.9	19.2	87	0,00
ТТК	1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	95	0.9	0.2	7.7	41	0,00
Итого			440	12.2	10.2	70.8	403	0,00
Всего				39.8	36.9	207.2	1 322	0,00

Гаджиева Ф.Л.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 23 Курортного района Санкт-Петербурга

Головина Т.В./



МЕНЮ

23 января 2024 г.

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								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	3.5	5.1	25.7	171	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5.1	5.0	10.7	108	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.5	10.6	54	0,00
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.4	1.7	14.2	88	0,00
Итого			415	12.5	12.3	61.2	421	0,00
II Завтрак								
2021	470	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.2	3.8	16.5	120	0,00
2016	398	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (аллергики)	150	0.8	0.1	15.7	66	0,00
Итого			150	4.2	3.8	16.5	120	0,00
Обед								
2017	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	55	0.1	0.1	2.1	12	0,00
2016	100	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	4.0	4.0	18.3	136	0,00
2016	164	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	200	10.0	10.2	29.2	238	0,00
2016	372	СОУС СМЕТАННЫЙ	25	0.3	1.0	1.4	17	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.0	0.3	13.9	66	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.5	10.6	54	0,00
2016	398	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0.9	0.1	18.9	79	0,00
Итого			710	18.8	16.2	94.4	602	0,00
Полдник								
2021	322	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ И МЯСА	170	9.1	10.0	19.6	187	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	9.3	44	0,00
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0.9	0.0	22.9	99	0,00
2008	451/ 455	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИ С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ	50	2.5	2.4	24.0	109	0,00
ТТК	1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0.9	0.2	8.1	43	0,00
К/К	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0.4	0.4	9.8	47	10,00
Итого			520	14.7	12.8	83.9	482	0,00
Всего				50.2	45.1	256.0	1 625	0,00

Гаджиева Ф.Л.