

Утверждаю

ГБДОУ детский сад № 23 Курортного района Санкт-Петербурга

Заведующий
/Головина Т.В./**МЕНЮ**

22 января 2024 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								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.2	4.9	24.2	158	0,00
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.5	4.7	10.6	91	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.5	10.6	54	0,00
2021	460	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	1.8	1.5	10.4	65	0,00
Итого			355	9.0	11.6	55.8	368	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0.8	0.2	15.2	69	0,00
Итого			150	0.8	0.2	15.2	69	0,00
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0.6	4.1	5.7	55	0,00
2016	87/123	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И ГРЕНКАМИ	150	2.4	3.3	17.7	116	0,00
2016	284	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	6.0	4.7	3.0	94	0,00
2016	340	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	1.9	3.8	15.2	101	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	9.3	44	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0.1	0.1	6.2	26	0,00
Итого			540	12.3	16.2	57.1	436	0,00
Полдник								
2016	319/372	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	135	6.0	5.9	14.6	155	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	9.3	44	0,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1	0.0	4.7	19	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	4.7	4.2	18.7	115	0,00
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0.4	0.4	9.3	45	0,00
Итого			440	12.5	10.7	56.6	378	0,00
Всего				34.6	38.7	184.7	1 251	0,00

Гаджиева Ф.Л.

Утверждаю

ГБДОУ детский сад № 23 Курортного района Санкт-Петербурга
Заведующий
Головина Т.В./



МЕНЮ

22 января 2024 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								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.1	5.3	29.1	184	0,00
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.5	4.7	10.6	91	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.5	10.6	54	0,00
2021	460	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.1	1.7	11.8	74	0,00
Итого			405	10.2	12.2	62.1	403	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0.8	0.2	15.2	69	0,00
Итого			150	0.8	0.2	15.2	69	0,00
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	55	0.9	5.6	7.8	74	0,00
2016	87/123	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И ГРЕНКАМИ	200	2.8	4.5	22.6	150	0,00
2016	284	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	7.7	5.5	3.5	110	0,00
2016	340	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2.4	4.7	19.0	126	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
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0.1	0.1	7.5	31	0,00
Итого			705	17.4	21.2	84.9	611	0,00
Полдник								
2016	321	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	9.0	12.8	33.4	286	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	9.3	44	0,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1	0.0	5.6	23	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5.9	5.2	23.4	144	0,00
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	47	0,00
Итого			520	16.7	18.6	81.5	544	0,00
Всего				45.1	52.2	243.7	1 627	0,00

Гаджиева Ф.Л.