

МЕНЮ

31 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	2,3	3,9	9,7	92	0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	7,2	8,3	35	224	0,5
	ТК№04 0	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
Итого			425	12,7	15	58,3	393	1
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (груша)	123	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			123	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	80	2,3	8,1	4,2	128	5,34
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, куриная грудка филе, яйца куриные (шт.))	210/20	7,3	8,4	13,2	158	6,8
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина б/к, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная)	190	11,5	15,9	31,5	316	15,8
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана 15% жирности, вода питьевая, соль йодированная)	50	0,4	2,1	0,5	30	0
	ТК№04 5	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,4		7	102	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			780	25,5	35,5	79,9	851	27,94
Полдник								
	ТК№01 4	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	45	0,6	0,1	1,9	12	5
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,6	0,2	22	93	72
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	190	9,2	14,6	50,1	419	0,18
Итого			415	10,4	14,9	74	524	77,18
Всего				49,2	65,9	227,7	1839	109,12

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 22 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Садкова Зинаида Ивановна,
заведующий

29.05.24 16:38
(MSK)

Сертификат 9F38C88E6CA809D065E40E091BB284AB