



0561031-ГБДОУ д/с № 6 Кронштадтского района Санкт-Петербурга
Заведующий
/Кияниченко Елена Евгеньевна/

МЕНЮ

6 апреля 2023 г.

Дети сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,7	3,4	28,6	128	2,4
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	0,5	1,6	8,9	29	1,8
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	7,1	19,2	2,5	222	0,2
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,1	4,6	19,1	154	1
Итого			410	12,4	28,8	59,1	533	5,4
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	190	5,5	4,8	8	103	0,6
Итого			190	5,5	4,8	8	103	0,6
Обед								
	ТК№15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,2	0,1	1,5	8	6
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/10/1	1	0,1	6,5	31	0,9
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80/30	11,2	10,7	3,6	176	0,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,2	4,3	39	197	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,2	18,2	83	3,6
УСП	к/к 003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	8,4	29	0
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,9	1	21	81	0
Итого			721	20,5	16,5	98,2	605	11,2
Полдник								
2008	126	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	150					0
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			9,1	40	2,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	14	48	0
2008	467	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4	3,6	28	163	0,1
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	120	1,2	0,6	25,2	115	12
Итого			525	6,9	4,4	76,3	366	14,4
Всего				45,3	54,5	241,6	1607	31,6

Утверждаю

0561031-ГБДОУ д/с № 6 Кронштадтского района Санкт-Петербурга
 /Кияниченко Елена Евгеньевна/

Заведующий



МЕНЮ
 6 апреля 2023 г.

Дети ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,3	3	23,5	108	5,9
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	1,5	1,5	4,1	36	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,7	15,8	2,4	223	0,2
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,5	1,7	10,5	79	0,5
Итого			380	13	22	40,5	446	6,6
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	200	5,8	5	8,4	108	0,6
Итого			200	5,8	5	8,4	108	0,6
Обед								
	ТК№15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,1	1,3	7	5
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	150/10/1	0,8	0,1	5	24	0,5
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	10,5	9,7	3,5	146	0,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,4	5,1	25,8	146	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160		0,2	16,2	73	3,2
	ТК №0,03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	8,4	29	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	58	0
Итого			621	17,6	16,1	73,1	483	9,4
Полдник								
2008	126	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	120	1,7	3,5	6,1	48	0
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150			7,6	23	1,9
	ТК №0,03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	8,4	29	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	70	3,7	1,5	28	146	0,1
	ТК № 020	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1	0,5	21	96	10
Итого			455	7,4	5,6	71,1	342	12
Всего				43,8	48,7	193,1	1379	28,6