Утверждаю

Руководитель учреждения
ГБДОУ ЦРР-ДЕТСКИЙ САД № 48 КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА СПБ
_____ /Фарзалиева С.В./

МЕНЮ

9 августа 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый в ассортименте, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	2,32	3,94	9,80	92,92	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			**420**	**11,72**	**16,74**	**50,20**	**378,92**	**1,30**
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (груша)	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			**150**	**0,60**	**0,50**	**15,50**	**70,50**	**3,00**
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,79	2,87	1,49	45,14	1,88
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель ранний, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к, яйца куриные (шт.))	200/20	4,50	2,40	12,50	92,00	6,00
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина б/к, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, картофель ранний, яйца куриные (шт.), сухари панировочные, соль йодированная)	200	8,40	12,00	13,30	269,00	11,90
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	50	1,01	2,02	3,03	37,67	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			**749**	**18,64**	**20,24**	**60,82**	**662,81**	**20,08**
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
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)	150	5,30	8,40	28,90	242,00	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи хлебопекарные сушеные, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированное)	70	2,38	11,19	47,52	225,23	0,00
Итого			**463**	**8,40**	**19,69**	**86,84**	**515,23**	**6,20**
Всего				**39,36**	**57,17**	**213,36**	**1 627,46**	**30,58**

Повар _____ Дякина Г.Н.