

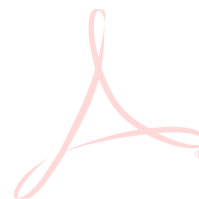
Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №100-3
Центрального района СПб
_____/Белюкова О.В./

МЕНЮ

13 августа 2025 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	4,34	4,90	21,63	147,70	
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,50	2,02	15,53	90,84	
Итого			330	8,24	9,02	52,96	306,54	
II Завтрак								
2008		ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,79	1,70	4,86	38,20	
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5,04	5,77	5,46	95,15	
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	19,22	7,94	16,85	236,24	
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,06	0,01	11,83	48,82	
	004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,50	
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	
Итого			570	28,69	16,37	62,48	534,91	
Полдник								
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	120	10,35	15,86	8,72	219,00	
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	21,21	86,53	
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	3,25	2,75	23,14	130,21	
Итого			330	15,01	18,88	61,55	476,53	
Всего				52,34	44,67	186,79	1364,98	