

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга
Михайленко О.Г./**МЕНЮ**

16 мая 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								
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	180	5.00	6.30	22.90	176	0,00
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.50	4.70	10.60	91	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	5.60	23	0,00
Итого			405	8.10	11.50	49.70	344	0,00
II Завтрак								
2016	420	РЯЖЕНКА	150	4.40	3.80	6.30	81	0,00
Итого			150	4.40	3.80	6.30	81	0,00
Обед								
2017	71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0.40	0.10	1.10	7	0,00
2016	82	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ, СМЕТАНОЙ	200	3.40	4.70	11.50	112	0,00
2016	285	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	7.00	4.00	6.20	95	0,00
2008	129/366	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	135	2.50	2.20	9.80	72	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0.90	0.20	18.20	83	0,00
Итого			690	17.70	12.00	71.30	489	0,00
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170/30	13.20	19.00	43.00	399	0,00
2016	402	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	3.70	2.50	25.90	142	0,00
ТТК	1/5	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.40	0.30	10.30	47	0,00
2010	12.18	ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	2.10	1.70	26.30	128	0,00
Итого			515	19.40	23.50	105.50	716	0,00
Всего				49.60	50.80	232.80	1 630	0,00

Орлова И.В.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

Михайленко О.Г./

МЕНЮ

16 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4.10	5.20	19.10	147	0,00
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.50	4.70	10.60	91	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0.10	0.00	5.00	20	0,00
Итого			355	7.20	10.40	45.30	312	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0.50	0.00	24.80	102	0,00
Итого			150	0.50	0.00	24.80	102	0,00
Обед								
2017	71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0.30	0.00	0.80	5	0,00
2016	82	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ, СМЕТАНОЙ	150	1.90	2.90	8.80	75	0,00
2016	285	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	6.00	3.40	5.30	82	0,00
2008	129/366	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2.30	2.00	8.90	65	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.50	0.00	13.10	53	0,00
Итого			540	12.30	8.50	46.20	324	0,00
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	9.80	14.40	32.40	294	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
2016	402	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	3.10	2.10	17.90	104	0,00
ТТК	1/5	ГРУША СВЕЖАЯ	95	0.40	0.30	9.80	45	0,00
2021	582	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.40	2.60	14.60	88	0,00
Итого			435	16.20	19.90	85.30	585	0,00
Всего				36.20	38.80	201.60	1 323	0,00

Орлова И.В.