

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

Михайленко О.Г./



МЕНЮ

10 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.00	4.70	21.50	136	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	35	3.90	7.60	10.70	127	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
2021	460	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	1.80	1.50	10.40	65	0,00
Итого			365	10.20	14.30	53.20	382	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								
2016	14	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	40	0.20	2.30	1.70	29	0,00
2016	63	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	1.80	3.90	6.60	65	0,00
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	7.80	6.40	5.20	96	0,00
2016	362/372	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	120	2.00	4.10	11.90	101	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
2016	417	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.50	0.20	12.70	62	0,00
Итого			540	13.60	17.10	47.40	397	0,00
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	135	7.00	10.50	13.10	172	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0.80	0.00	19.10	83	0,00
2008	451/455	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ	40	2.00	1.90	19.20	87	0,00
ТТК	1/1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	95	0.90	0.20	7.70	41	0,00
Итого			440	12.00	12.80	68.40	427	0,00
Всего				40.20	48.00	175.30	1 287	0,00

Орлова И.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 апреля 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	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4.00	5.00	26.80	155	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5.10	5.00	10.70	108	0,00
2021	576	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
2021	460	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.80	74	0,00
Итого			415	12.70	12.20	59.90	391	0,00
II Завтрак								
2021	470	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.20	3.80	16.50	120	0,00
Итого			150	4.20	3.80	16.50	120	0,00
Обед								
2016	14	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	55	0.20	3.20	2.40	40	0,00
2016	63	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	3.20	6.50	8.50	111	0,00
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	9.80	7.20	6.10	112	0,00
2016	362/372	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	135	2.30	4.60	13.40	114	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
2016	417	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.60	0.20	15.20	75	0,00
Итого			690	19.60	22.50	70.10	572	0,00
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	9.00	13.20	16.50	217	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	5.60	23	0,00
2008	451/ 455	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ	50	2.50	2.40	24.00	109	0,00
ТТК	1/5	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0.90	0.20	8.10	43	0,00
2010	12.18	ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	2.10	1.70	26.30	128	0,00
Итого			555	15.90	17.70	89.80	564	0,00
Всего				52.40	56.20	236.30	1 647	0,00

Орлова И.В.