

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

/Михайленко О.Г./

МЕНЮ

12 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--------------------------------------|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2016 | 231 | ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ | 130 | 6.00 | 10.00 | 5.60 | 167 | 0,00 |
| 2017 | 71 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 15 | 0.10 | 0.00 | 0.30 | 2 | 0,00 |
| 2022 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1.60 | 0.60 | 22.60 | 102 | 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 | 11.00 | 12.60 | 49.50 | 390 | 0,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2016 | 420 | КЕФИР | 150 | 4.40 | 3.80 | 6.00 | 80 | 0,00 |
| Итого | | | 150 | 4.40 | 3.80 | 6.00 | 80 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2017 | 71 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 40 | 0.00 | 0.10 | 1.50 | 9 | 0,00 |
| 2016 | 79 | РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 150 | 1.40 | 2.80 | 7.00 | 66 | 0,00 |
| 2016 | 327 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 60 | 6.50 | 8.10 | 3.70 | 122 | 0,00 |
| 2008 | 338 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-й ВАРИАНТ) | 120 | 1.80 | 2.90 | 11.70 | 71 | 0,00 |
| 2021 | 575 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.30 | 0.20 | 9.30 | 44 | 0,00 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 150 | 0.10 | 0.00 | 7.60 | 32 | 0,00 |
| Итого | | | 540 | 11.10 | 14.10 | 40.80 | 344 | 0,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2017 | 71 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 20 | 0.10 | 0.00 | 0.40 | 2 | 0,00 |
| 2017 | 269 | БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) | 60 | 6.70 | 6.70 | 9.70 | 131 | 0,00 |
| 2016 | 372 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 25 | 0.30 | 1.00 | 1.40 | 17 | 0,00 |
| 2017 | 161 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ | 110 | 2.00 | 5.50 | 21.60 | 131 | 0,00 |
| 2021 | 575 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.30 | 0.20 | 9.30 | 44 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 150 | 0.50 | 0.00 | 24.80 | 102 | 0,00 |
| 2008 | 451/462 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОКАМИ | 40 | 1.20 | 1.80 | 14.50 | 78 | 0,00 |
| Итого | | | 425 | 12.10 | 15.20 | 81.70 | 505 | 0,00 |
| Всего | | | | 38.60 | 45.70 | 178.00 | 1 319 | 0,00 |

Орлова И.В.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

Михайленко О.Г./

**МЕНЮ**

12 апреля 2024 г.

Сад 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 4.50 | 6.30 | 24.10 | 166 | 0,00 |
| 2022 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1.60 | 0.60 | 22.60 | 102 | 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 | | | 420 | 9.70 | 9.10 | 69.10 | 396 | 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 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 55 | 0.10 | 0.10 | 2.10 | 12 | 0,00 |
| 2016 | 79 | РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 200 | 3.00 | 4.60 | 10.10 | 101 | 0,00 |
| 2016 | 327 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 70 | 7.60 | 9.50 | 4.40 | 142 | 0,00 |
| 2008 | 366 | СОУС МОЛОЧНЫЙ | 20 | 0.40 | 0.90 | 1.40 | 17 | 0,00 |
| 2016 | 334 | РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ | 130 | 2.60 | 5.30 | 24.60 | 159 | 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 | 390 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 180 | 0.10 | 0.10 | 8.80 | 37 | 0,00 |
| Итого | | | 705 | 17.30 | 21.30 | 75.90 | 588 | 0,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2017 | 71 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 20 | 0.10 | 0.00 | 0.40 | 2 | 0,00 |
| 2017 | 269 | БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) | 70 | 7.90 | 7.80 | 11.30 | 153 | 0,00 |
| 2016 | 372 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 30 | 0.40 | 1.20 | 1.70 | 21 | 0,00 |
| 2017 | 161 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ | 130 | 2.40 | 6.50 | 26.80 | 155 | 0,00 |
| 2021 | 575 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.30 | 0.20 | 9.30 | 44 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 180 | 0.50 | 0.00 | 29.70 | 122 | 0,00 |
| 2008 | 451/ 456 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ | 50 | 2.80 | 5.60 | 21.40 | 120 | 0,00 |
| Итого | | | 500 | 15.40 | 21.30 | 100.60 | 617 | 0,00 |
| Всего | | | | 46.80 | 55.50 | 251.90 | 1 682 | 0,00 |

Орлова И.В.