

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

/Михайленко О.Г./

МЕНЮ

23 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2017 | 183 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 4.50 | 5.70 | 28.90 | 155 | 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 | 465 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 160 | 2.10 | 1.50 | 12.50 | 78 | 0,00 |
| Итого | | | 355 | 9.60 | 12.40 | 62.60 | 378 | 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 | | | | | | | | |
| 2017 | 70 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 40 | 0.30 | 0.00 | 0.70 | 4 | 0,00 |
| 2016 | 88 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ | 150 | 3.10 | 5.90 | 12.60 | 108 | 0,00 |
| 2016 | 260 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 60 | 6.60 | 3.20 | 3.00 | 69 | 0,00 |
| 2021 | 575 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.30 | 0.20 | 9.30 | 44 | 0,00 |
| 2016 | 340 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 120 | 1.90 | 3.80 | 15.20 | 101 | 0,00 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0.70 | 0.10 | 11.50 | 49 | 0,00 |
| Итого | | | 540 | 13.90 | 13.20 | 52.30 | 375 | 0,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 130 | 7.70 | 12.70 | 23.50 | 268 | 0,00 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 0.60 | 1.20 | 3.80 | 30 | 0,00 |
| 2021 | 576 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.50 | 0.50 | 10.60 | 54 | 0,00 |
| 2021 | 460 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 1.70 | 1.40 | 9.90 | 62 | 0,00 |
| ТТК | 1/3 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 95 | 0.80 | 0.20 | 7.10 | 36 | 0,00 |
| Итого | | | 425 | 12.30 | 16.00 | 54.90 | 450 | 0,00 |
| Всего | | | | 40.00 | 45.40 | 186.30 | 1 323 | 0,00 |

Орлова И.В.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14



Курортного района Санкт-Петербурга
/Михайленко О.Г./

МЕНЮ

23 мая 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|-------|-------------------|---------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2017 | 183 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 5.70 | 6.20 | 36.40 | 186 | 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 | 465 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2.40 | 1.70 | 14.20 | 88 | 0,00 |
| Итого | | | 405 | 11.10 | 13.10 | 71.80 | 419 | 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 48 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 55 | 2.60 | 10.70 | 3.90 | 123 | 0,00 |
| 2016 | 88 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ПТИЦЕЙ | 200 | 4.00 | 6.40 | 16.40 | 130 | 0,00 |
| 2016 | 260 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 70 | 8.00 | 3.70 | 3.50 | 81 | 0,00 |
| 2016 | 340 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 150 | 2.40 | 4.70 | 19.00 | 126 | 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 | 398 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0.90 | 0.10 | 18.90 | 79 | 0,00 |
| Итого | | | 705 | 21.40 | 26.40 | 86.20 | 659 | 0,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 170 | 12.10 | 16.60 | 30.80 | 351 | 0,00 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 55 | 1.00 | 2.10 | 6.90 | 54 | 0,00 |
| 2021 | 576 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.50 | 0.50 | 10.60 | 54 | 0,00 |
| 2021 | 459 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/7 | 0.20 | 0.00 | 5.80 | 25 | 0,00 |
| ТТК | 1/3 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 100 | 0.80 | 0.20 | 7.50 | 38 | 0,00 |
| Итого | | | 532 | 15.60 | 19.40 | 61.60 | 522 | 0,00 |
| Всего | | | | 52.50 | 62.70 | 225.60 | 1 680 | 0,00 |

Орлова И.В.