

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

Михайленко О.Г./

# МЕНЮ

4 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2016	232	ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ	160	7.40	12.00	14.50	235	0,00
2017	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	35	0.00	0.10	1.30	8	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
2016	416	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.00	2.50	15.20	99	0,00
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>13.50</b>	<b>15.70</b>	<b>64.20</b>	<b>498</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2016	420	РЯЖЕНКА	150	4.40	3.80	6.30	81	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4.40</b>	<b>3.80</b>	<b>6.30</b>	<b>81</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2017	71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0.40	0.10	1.10	7	0,00
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3.50	1.90	13.50	90	0,00
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	8.10	7.00	12.00	159	0,00
2008	344	МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	135	1.60	1.60	11.30	55	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	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.50	0.00	15.60	63	0,00
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>17.60</b>	<b>11.40</b>	<b>78.00</b>	<b>494</b>	<b>0,00</b>
<b>Полдник</b>								
2016	222	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5.30	11.30	34.40	227	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
2021	458	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.20	0.10	8.80	35	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	3.00	2.00	25.90	130	0,00
ТТК	1/5	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.40	0.30	10.30	47	0,00
<b>Итого</b>			<b>515</b>	<b>10.20</b>	<b>13.90</b>	<b>88.70</b>	<b>483</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>45.70</b>	<b>44.80</b>	<b>237.20</b>	<b>1 556</b>	<b>0,00</b>

Орлова И.В.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

(Михайленко О.Г./

# МЕНЮ

4 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2016	232	ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ	130	6.00	9.70	11.00	191	0,00
2017	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	15	0.00	0.00	0.60	3	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
2016	416	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2.60	2.20	13.00	85	0,00
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>11.70</b>	<b>13.00</b>	<b>57.80</b>	<b>435</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2016	420	КЕФИР	150	4.40	3.80	6.00	80	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4.40</b>	<b>3.80</b>	<b>6.00</b>	<b>80</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2017	71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0.30	0.00	0.80	5	0,00
2016	86	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, РЫБОЙ	150	4.00	1.70	9.70	66	0,00
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	6.80	6.00	10.20	136	0,00
2008	344	МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1.40	1.30	10.00	49	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0.10	0.00	8.10	33	0,00
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>13.90</b>	<b>9.20</b>	<b>48.10</b>	<b>333</b>	<b>0,00</b>
<b>Полдник</b>								
2017	285	МАКАРОННИК С МЯСОМ	130	6.00	9.90	31.00	220	0,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
2021	460	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1.70	1.40	9.90	62	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	2.40	1.60	20.70	104	0,00
ТТК	1/7	ГРУША СВЕЖАЯ	95	0.40	0.30	9.80	45	0,00
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>11.80</b>	<b>13.40</b>	<b>80.70</b>	<b>475</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>41.80</b>	<b>39.40</b>	<b>192.60</b>	<b>1 323</b>	<b>0,00</b>

Орлова И.В.