

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

/Михайленко О.Г./

**МЕНЮ**

13 июня 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   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 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          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>355</b> | <b>7.20</b>       | <b>10.40</b> | <b>45.30</b>  | <b>312</b>                    | <b>0,00</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 442           | СОК ПЕРСИКОВЫЙ                                | 150        | 0.50              | 0.00         | 24.80         | 102                           | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>150</b> | <b>0.50</b>       | <b>0.00</b>  | <b>24.80</b>  | <b>102</b>                    | <b>0,00</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 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          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>540</b> | <b>12.30</b>      | <b>8.50</b>  | <b>46.20</b>  | <b>324</b>                    | <b>0,00</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 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          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>435</b> | <b>16.20</b>      | <b>19.90</b> | <b>85.30</b>  | <b>585</b>                    | <b>0,00</b>   |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>36.20</b>      | <b>38.80</b> | <b>201.60</b> | <b>1 323</b>                  | <b>0,00</b>   |



Орлова И.В.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

/Михайленко О.Г./

**МЕНЮ**

13 июня 2024 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                               | Выход      | Химический состав |              |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--|------------|-------------------|--------------|------------------|--|-----------------------|
|                               |                     |  |            | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-<br>воды, г |  |                       |
| <b>Завтрак</b>                |                     |  |            |                   |              |                  |  |                       |
| 2008                          | 190                 | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА<br>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                  |
| <b>Итого</b>                  |                     |  | <b>405</b> | <b>8.10</b>       | <b>11.50</b> | <b>49.70</b>     | <b>344</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                  |
| 2016                          | 82                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С<br>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<br>МОЛОЧНОМ СОУСЕ           | 135        | 2.50              | 2.20         | 9.80             | 72                                       | 0,00                  |
| 2021                          | 575                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                  |
| <b>Итого</b>                  |                     |  | <b>690</b> | <b>17.70</b>      | <b>12.00</b> | <b>71.30</b>     | <b>489</b>                               | <b>0,00</b>           |
| <b>Полдник</b>                |                     |  |            |                   |              |                  |  |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО<br>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                  |
| <b>Итого</b>                  |                     |  | <b>515</b> | <b>19.40</b>      | <b>23.50</b> | <b>105.50</b>    | <b>716</b>                               | <b>0,00</b>           |
| <b>Всего</b>                  |                     |  |            | <b>49.60</b>      | <b>50.80</b> | <b>232.80</b>    | <b>1 630</b>                             | <b>0,00</b>           |


 Орлова И.В.