

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 КД, Фрунзентровский район, Санкт-Петербурга

Михайленко О.Г./



# МЕНЮ

18 июня 2024 г.

Ясли 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  |                                |                |
| <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.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

Михайленко О.Г./

# МЕНЮ

18 июня 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   |                               |               |
| <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.