

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

Михайленко О.Г./

МЕНЮ

20 июня 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

20 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		
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.