

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

/Михайленко О.Г./

МЕНЮ

9 сентября 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								
ТТК № 33	33/2	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.40	5.60	20.80	133	0,00
ТТК № 17	17/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5.00	9.10	10.60	146	0,00
ТТК № 97	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.00	2.50	15.20	99	0,00
Итого			400	13.40	17.20	46.60	378	0,00
II Завтрак								
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5.00	4.50	19.80	97	0,00
Итого			180	5.00	4.50	19.80	97	0,00
Обед								
ТТК № 55	55/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0.50	0.10	1.00	6	0,00
ТТК № 12	12/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2.70	7.50	10.80	122	0,00
ТТК № 42	42/1	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	7.60	12.70	9.70	190	0,00
ТТК № 52	52/1	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	140	2.20	5.30	15.10	116	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 41	41/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.60	0.00	17.20	70	0,00
Итого			710	17.10	26.40	78.30	624	0,00
Полдник								
ТТК № 87	87/1	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	8.80	6.40	4.30	122	0,00
ТТК № 119	119/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	1.70	4.30	18.80	121	0,00
ТТК № 89	89/2	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 90	90/3	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.20	0.10	9.70	43	0,00
ТТК № 145	145/1	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3.20	3.00	29.20	157	0,00
ТТК № 1	1/8	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.40	0.40	9.80	47	0,00
Итого			585	15.60	14.40	81.10	534	0,00
Всего				51.10	62.50	225.80	1 633	0,00

шеф повар

Орлова И.В.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга
/Михайленко О.Г./

МЕНЮ

9 сентября 2024 г.

Если 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
ТТК № 33	33/2	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.00	5.20	16.40	108	0.00
ТТК № 16	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3.80	3.50	10.60	90	0.00
ТТК № 97	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.00	2.50	15.20	96	0.00
Итого			360	9.80	11.20	42.20	294	0.00
II Завтрак								
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2.5%	150	4.20	3.80	16.50	81	0.00
Итого			150	4.20	3.80	16.50	81	0.00
Обед								
ТТК № 55	55/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	40	0.30	0.00	0.70	4	0.00
ТТК № 12	12/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.20	6.30	8.60	105	0.00
ТТК № 42	42/1	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	60	5.70	9.60	7.30	143	0.00
ТТК № 52	52/1	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	120	1.80	4.60	12.90	99	0.00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0.00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0.00
ТТК № 41	41/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.50	0.00	14.40	59	0.00
Итого			590	13.30	21.20	63.80	508	0.00
Полдник								
ТТК № 87	87/1	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	6.60	4.80	3.20	92	0.00
ТТК № 119	119/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	1.40	3.50	15.50	99	0.00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0.00
ТТК № 93	93/2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.10	0.00	5.20	21	0.00
ТТК № 145	145/1	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	2.60	2.40	23.40	126	0.00
ТТК № 1	1/8	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.40	0.40	9.30	45	0.00
Итого			480	12.40	11.30	65.90	427	0.00
Всего				39.70	47.50	188.40	1 310	0.00

шеф повар

Орлова И.В.