

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга  
/Михайленко О.Г./**МЕНЮ**  
15 октября 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>								
ТТК № 34	34/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.70	4.70	25.50	161	0,00
ТТК № 13	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.60	0.50	24.90	108	0,00
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.40	1.70	14.20	88	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>9.70</b>	<b>6.90</b>	<b>64.60</b>	<b>357</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТТК № 38	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.20	4.50	7.20	90	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5.20</b>	<b>4.50</b>	<b>7.20</b>	<b>90</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
ТТК № 54	54/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.70	0.10	2.30	13	0,00
ТТК № 81	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	4.70	4.20	21.00	128	0,00
ТТК № 153	153/1	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	80	6.30	10.30	9.00	171	0,00
ТТК № 45	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	3.00	4.20	25.70	152	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 № 129	129/1	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.10	0.10	18.00	75	0,00
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>17.60</b>	<b>19.60</b>	<b>95.90</b>	<b>637</b>	<b>0,00</b>
<b>Полдник</b>								
ТТК № 25	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	12.00	15.40	34.20	361	0,00
ТТК № 80	80/1	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.50	1.40	3.90	30	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 90	90/3	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.20	0.10	9.70	43	0,00
ТТК № 1	1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.90	0.20	8.10	43	0,00
<b>Итого</b>			<b>515</b>	<b>15.10</b>	<b>17.60</b>	<b>66.50</b>	<b>531</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>47.60</b>	<b>48.60</b>	<b>234.20</b>	<b>1 615</b>	<b>0,00</b>

шеф повар \_\_\_\_\_

Орлова И.В.

Утверждаю

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

## МЕНЮ

15 октября 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>								
ТТК № 34	34/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.70	4.40	21.10	132	0,00
ТТК № 13	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.60	0.50	17.10	78	0,00
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.30	1.70	13.90	83	0,00
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>7.60</b>	<b>6.60</b>	<b>52.10</b>	<b>293</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТТК № 38	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.00	75	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4.40</b>	<b>3.80</b>	<b>6.00</b>	<b>75</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
ТТК № 54	54/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.40	0.10	1.50	9	0,00
ТТК № 81	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	180	3.70	3.70	18.70	104	0,00
ТТК № 155	155/1	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	6.90	9.00	0.60	110	0,00
ТТК № 45	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2.40	3.30	20.20	119	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 № 129	129/1	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0.10	0.10	15.20	62	0,00
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>16.30</b>	<b>16.90</b>	<b>76.10</b>	<b>502</b>	<b>0,00</b>
<b>Полдник</b>								
ТТК № 25	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	9.20	11.80	26.20	269	0,00
ТТК № 80	80/1	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0.40	0.90	2.60	20	0,00
ТТК № 91	91/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.10	0.00	5.40	23	0,00
ТТК № 60	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.40	2.60	14.60	88	0,00
ТТК № 1	1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0.90	0.20	7.70	41	0,00
<b>Итого</b>			<b>422</b>	<b>12.00</b>	<b>15.50</b>	<b>56.50</b>	<b>441</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>40.30</b>	<b>42.80</b>	<b>190.70</b>	<b>1 311</b>	<b>0,00</b>

шеф повар \_\_\_\_\_

Орлова И.В.