

Утверждаю

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



МЕНЮ

18 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		
Завтрак								
ТТК № 36	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2.10	5.30	17.10	133	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.30	1.70	13.90	83	0,00
Итого			350	5.90	7.50	41.60	270	0,00
II Завтрак								
ТТК № 38	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.00	75	0,00
Итого			150	4.40	3.80	6.00	75	0,00
Обед								
ТТК № 54	54/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.40	0.10	1.50	9	0,00
ТТК № 94	94/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.20	4.60	5.80	90	0,00
ТТК № 142	142/1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	6.10	2.90	6.80	95	0,00
ТТК № 127	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1.60	3.80	17.20	110	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 № 113	113/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.50	0.00	24.80	102	0,00
Итого			590	13.60	12.10	76.00	504	0,00
Полдник								
ТТК № 67	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	5.00	5.90	5.40	122	0,00
ТТК № 133	133/1	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1.00	4.00	11.00	79	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 90	90/2	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0.10	0.00	6.50	26	0,00
ТТК № 18	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	3.40	3.60	17.20	111	0,00
ТТК № 1	1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	95	0.80	0.20	7.10	36	0,00
Итого			490	11.60	13.90	56.50	418	0,00
Всего			350	35.50	37.30	180.10	1 267	0,00

шеф повар _____

Орлова И.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 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		
Завтрак								
ТТК № 36	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	3.60	5.60	20.60	148	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 60	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.40	2.60	14.60	88	0,00
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.40	1.70	14.20	88	0,00
Итого			400	8.90	10.40	60.00	378	0,00
II Завтрак								
ТТК № 38	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.20	4.50	7.20	90	0,00
Итого			180	5.20	4.50	7.20	90	0,00
Обед								
ТТК № 54	54/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.70	0.10	2.30	13	0,00
ТТК № 94	94/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2.80	5.50	7.50	106	0,00
ТТК № 142	142/1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	8.20	3.90	9.00	126	0,00
ТТК № 127	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	1.90	4.50	20.10	128	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 № 113	113/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0.50	0.00	29.70	122	0,00
Итого			710	17.60	14.80	93.10	615	0,00
Полдник								
ТТК № 67	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	6.70	7.80	7.20	163	0,00
ТТК № 133	133/1	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	1.30	4.90	13.40	96	0,00
ТТК № 89	89/2	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 № 91	91/2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.20	0.00	6.40	28	0,00
ТТК № 18	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	4.20	4.50	21.50	139	0,00
Итого			497	15.20	17.90	68.40	524	0,00
Всего				46.90	47.60	228.70	1 607	0,00

шеф повар _____

Орлова И.В.