

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

/Михайленко О.Г./

**МЕНЮ**

21 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 № 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
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>13.40</b>	<b>17.20</b>	<b>46.60</b>	<b>378</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5.00	4.50	19.80	97	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5.00</b>	<b>4.50</b>	<b>19.80</b>	<b>97</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>17.10</b>	<b>26.40</b>	<b>78.30</b>	<b>624</b>	<b>0,00</b>
<b>Полдник</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>585</b>	<b>15.60</b>	<b>14.40</b>	<b>81.10</b>	<b>534</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>51.10</b>	<b>62.50</b>	<b>225.80</b>	<b>1 633</b>	<b>0,00</b>

шеф повар

Орлова И.В.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

/Михайленко О.Г./

# МЕНЮ

21 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 № 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
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>9.80</b>	<b>11.20</b>	<b>42.20</b>	<b>294</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.20	3.80	16.50	81	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4.20</b>	<b>3.80</b>	<b>16.50</b>	<b>81</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>13.30</b>	<b>21.20</b>	<b>63.80</b>	<b>508</b>	<b>0,00</b>
<b>Полдник</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>12.40</b>	<b>11.30</b>	<b>65.90</b>	<b>427</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>39.70</b>	<b>47.50</b>	<b>188.40</b>	<b>1 310</b>	<b>0,00</b>

шеф повар \_\_\_\_\_

Орлова И.В.