

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

/Михайленко О.Г./

**МЕНЮ**

30 октября 2024 г.

**Сад 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		
<b>Завтрак</b>								
ТТК № 37	37/1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	180	2.90	8.10	24.10	126	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>10.90</b>	<b>19.70</b>	<b>49.90</b>	<b>371</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 № 159	159/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	1.80	5.00	4.60	62	0,00
ТТК № 134	134/2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	200	3.80	5.40	9.80	92	0,00
ТТК № 162	162/1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	8.50	9.30	14.60	178	0,00
ТТК № 130	130/1	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	140	2.30	3.50	19.40	115	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>20.50</b>	<b>24.00</b>	<b>90.10</b>	<b>637</b>	<b>0,00</b>
<b>Полдник</b>								
ТТК № 68	68/1	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	6.50	7.60	8.50	118	0,00
ТТК № 53	53/1	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	1.20	3.00	12.30	69	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 № 113	113/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0.90	0.00	22.90	99	0,00
ТТК № 96	96/1	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4.10	2.80	25.40	140	0,00
ТТК № 1	1/8	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.40	0.40	9.80	47	0,00
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>15.90</b>	<b>14.50</b>	<b>98.80</b>	<b>571</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>52.30</b>	<b>62.70</b>	<b>258.60</b>	<b>1 676</b>	<b>0,00</b>

шеф повар

Орлова И.В.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

/Михайленко О.Г./

**МЕНЮ**

30 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 № 37	37/1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	150	2.40	6.80	20.10	105	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>9.20</b>	<b>12.80</b>	<b>45.90</b>	<b>291</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 № 159	159/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	40	1.20	3.30	3.00	42	0,00
ТТК № 134	134/2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	180	3.20	4.60	8.00	77	0,00
ТТК № 162	162/1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	6.40	7.00	11.00	133	0,00
ТТК № 130	130/1	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	2.00	3.00	16.70	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>16.10</b>	<b>18.60</b>	<b>73.00</b>	<b>508</b>	<b>0,00</b>
<b>Полдник</b>								
ТТК № 151	151/1	КНЕЛИ РЫБНЫЕ	60	5.10	3.50	4.20	78	0,00
ТТК № 53	53/1	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1.00	2.50	10.10	57	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 113	113/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.80	0.00	19.10	83	0,00
ТТК № 96	96/1	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	3.30	2.20	20.30	112	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>11.90</b>	<b>8.80</b>	<b>72.30</b>	<b>419</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>41.40</b>	<b>44.00</b>	<b>207.70</b>	<b>1 299</b>	<b>0,00</b>

шеф повар \_\_\_\_\_

Орлова И.В.