

Согласовано

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

Михайленко О.Г./

**МЕНЮ**

4 июня 2025 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                   | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>56                   | 56/1                | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                    | 120   | 6.50              | 8.80    | 3.50             | 139                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>22                   | 22/1                | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ<br>ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ) | 30    | 0.90              | 1.10    | 1.50             | 18                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10                   | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 54                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>44                   | 44/1                | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                           | 180   | 2.30              | 1.70    | 13.90            | 83                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 350   | 11.20             | 12.10   | 29.50            | 294                                      | 0,00                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>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 №<br>54                   | 54/1                | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ОГУРЦЫ)                 | 40    | 0.30              | 0.00    | 0.80             | 5                                        | 0,00                  |
| ТТК №<br>161                  | 161/1               | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С<br>ПТИЦЕЙ)                     | 180   | 2.50              | 5.20    | 8.20             | 81                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>11                   | 11/1                | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)<br>(КОТЛЕТЫ)               | 60    | 6.40              | 6.80    | 8.70             | 131                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>158                  | 158/1               | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)                           | 120   | 1.50              | 5.10    | 13.00            | 93                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>89                   | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10                   | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 54                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>98                   | 98/1                | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                                     | 150   | 0.80              | 0.10    | 20.60            | 87                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 590   | 14.30             | 17.90   | 71.20            | 495                                      | 0,00                  |
| Полдник                       |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>152                  | 152/1               | КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"                                     | 60    | 7.60              | 6.80    | 5.80             | 107                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>157                  | 157/1               | ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (1 ВАРИАНТ)                           | 115   | 1.00              | 2.90    | 11.40            | 90                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>89                   | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>40                   | 40/1                | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ<br>(ЯБЛОК)                   | 150   | 0.10              | 0.10    | 7.90             | 34                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>146                  | 146/1               | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                     | 40    | 2.90              | 0.70    | 22.70            | 96                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>1                    | 1/5                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)                                | 95    | 0.40              | 0.30    | 9.80             | 45                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 480   | 13.30             | 11.00   | 66.90            | 416                                      | 0,00                  |
| Всего                         |                     |                                                      |       | 43.20             | 44.80   | 173.60           | 1 280                                    | 0,00                  |

шеф повар

Орлова И.В.

Согласовано

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

Заведующий

Михайленко О.Г./

**МЕНЮ**

4 июня 2025 г.

Сад 12 часов



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                   | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>56                   | 56/1                | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                    | 170   | 9.20              | 12.50   | 5.00             | 198                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>22                   | 22/1                | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ<br>ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ) | 30    | 0.90              | 1.10    | 1.50             | 18                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10                   | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 54                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>44                   | 44/1                | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                           | 180   | 2.40              | 1.70    | 14.20            | 88                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 400   | 14.00             | 15.80   | 31.30            | 358                                      | 0,00                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>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 №<br>54                   | 54/1                | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ОГУРЦЫ)                 | 60    | 0.40              | 0.10    | 1.10             | 7                                        | 0,00                  |
| ТТК №<br>141                  | 141/1               | СУП С МАКАРОННЫМИ<br>ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)            | 200   | 4.40              | 5.40    | 18.90            | 113                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>11                   | 11/1                | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)<br>(КОТЛЕТЫ)               | 80    | 8.60              | 9.00    | 11.50            | 175                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>158                  | 158/1               | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)                           | 140   | 1.80              | 6.00    | 15.10            | 108                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>89                   | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 30    | 2.00              | 0.30    | 13.90            | 66                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10                   | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 54                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>98                   | 98/1                | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                                     | 180   | 1.00              | 0.10    | 25.80            | 104                                      | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 710   | 19.70             | 21.40   | 96.90            | 627                                      | 0,00                  |
| Полдник                       |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>152                  | 152/1               | КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"                                     | 80    | 10.10             | 9.10    | 7.70             | 143                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>121                  | 121/1               | РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ                               | 140   | 2.10              | 4.60    | 33.30            | 123                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>89                   | 89/2                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10                   | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 54                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>40                   | 40/1                | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ<br>(ЯБЛОК)                   | 180   | 0.10              | 0.10    | 9.50             | 41                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>146                  | 146/1               | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                     | 50    | 3.60              | 0.90    | 28.40            | 120                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>1                    | 1/1                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)                            | 100   | 0.90              | 0.20    | 8.10             | 43                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 590   | 19.60             | 15.60   | 106.90           | 568                                      | 0,00                  |
| Всего                         |                     |                                                      |       | 58.50             | 57.30   | 242.30           | 1 643                                    | 0,00                  |

шеф повар

Орлова И.В.