

Согласовано

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

/Михайленко О.Г./

# МЕНЮ

20 августа 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>37                   | 37/1                | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА<br>МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА) | 180   | 2.90              | 8.10    | 24.10            | 126                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>17                   | 17/1                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ                        | 40    | 5.00              | 9.10    | 10.60            | 146                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>97                   | 97/1                | КАКАО С МОЛОКОМ                                  | 180   | 3.00              | 2.50    | 15.20            | 99                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 400   | 10.90             | 19.70   | 49.90            | 371                                      | 0,00                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>29                   | 29/1                | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%                      | 180   | 5.00              | 4.50    | 19.80            | 97                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 180   | 5.00              | 4.50    | 19.80            | 97                                       | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>159                  | 159/1               | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ                          | 60    | 1.80              | 5.00    | 4.60             | 62                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>134                  | 134/2               | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)                         | 200   | 3.80              | 5.40    | 9.80             | 92                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>162                  | 162/1               | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                                  | 80    | 8.50              | 9.30    | 14.60            | 178                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>130                  | 130/1               | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ                               | 140   | 2.30              | 3.50    | 19.40            | 115                                      | 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>41                   | 41/1                | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                      | 180   | 0.60              | 0.00    | 17.20            | 70                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 710   | 20.50             | 24.00   | 90.10            | 637                                      | 0,00                  |
| Полдник                       |                     |                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>68                   | 68/1                | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                         | 80    | 6.50              | 7.60    | 8.50             | 118                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>53                   | 53/1                | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ          | 140   | 1.20              | 3.00    | 12.30            | 69                                       | 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>113                  | 113/2               | СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)                      | 180   | 0.90              | 0.00    | 22.90            | 99                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>96                   | 96/1                | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                              | 50    | 4.10              | 2.80    | 25.40            | 140                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>1                    | 1/8                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                           | 100   | 0.40              | 0.40    | 9.80             | 47                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 590   | 15.90             | 14.50   | 98.80            | 571                                      | 0,00                  |
| Всего                         |                     |                                                  |       | 52.30             | 62.70   | 258.60           | 1 676                                    | 0,00                  |

шеф повар

Орлова И.В.

Согласовано

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

/Михайленко О.Г./

# МЕНЮ

20 августа 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>37                   | 37/1                | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА<br>МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА) | 150   | 2.40              | 6.80    | 20.10            | 105                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>16                   | 16/1                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 30    | 3.80              | 3.50    | 10.60            | 90                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>97                   | 97/1                | КАКАО С МОЛОКОМ                                  | 180   | 3.00              | 2.50    | 15.20            | 96                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 360   | 9.20              | 12.80   | 45.90            | 291                                      | 0,00                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>29                   | 29/1                | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%                      | 150   | 4.20              | 3.80    | 16.50            | 81                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 150   | 4.20              | 3.80    | 16.50            | 81                                       | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>159                  | 159/1               | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ                          | 40    | 1.20              | 3.30    | 3.00             | 42                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>134                  | 134/2               | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)                         | 180   | 3.20              | 4.60    | 8.00             | 77                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>162                  | 162/1               | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                                  | 60    | 6.40              | 7.00    | 11.00            | 133                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>130                  | 130/1               | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ                               | 120   | 2.00              | 3.00    | 16.70            | 99                                       | 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>41                   | 41/1                | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                      | 150   | 0.50              | 0.00    | 14.40            | 59                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 590   | 16.10             | 18.60   | 73.00            | 508                                      | 0,00                  |
| Полдник                       |                     |                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>151                  | 151/1               | КНЕЛИ РЫБНЫЕ                                     | 60    | 5.10              | 3.50    | 4.20             | 78                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>53                   | 53/1                | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ          | 115   | 1.00              | 2.50    | 10.10            | 57                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>89                   | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ              | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>113                  | 113/2               | СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)                      | 150   | 0.80              | 0.00    | 19.10            | 83                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>96                   | 96/1                | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                              | 40    | 3.30              | 2.20    | 20.30            | 112                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>1                    | 1/8                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                           | 95    | 0.40              | 0.40    | 9.30             | 45                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 480   | 11.90             | 8.80    | 72.30            | 419                                      | 0,00                  |
| Всего                         |                     |                                                  |       | 41.40             | 44.00   | 207.70           | 1 299                                    | 0,00                  |

шеф повар

Орлова И.В.