

Согласовано

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

## МЕНЮ

17 ноября 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>33/1                 | 33/1                | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ | 150   | 2.80              | 5.20    | 14.50            | 111                                      | 0,53                  |
| ТТК №<br>16/1                 | 16/1                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                | 30    | 3.80              | 3.50    | 10.60            | 89                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>97/1                 | 97/1                | КАКАО С МОЛОКОМ                                                  | 180   | 3.00              | 2.50    | 15.00            | 94                                       | 0,60                  |
| Итого                         |                     |                                                                  | 360   | 9.60              | 11.20   | 40.10            | 294                                      | 1,13                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>29/1                 | 29/1                | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%                                      | 150   | 4.20              | 3.80    | 16.50            | 81                                       | 0,30                  |
| Итого                         |                     |                                                                  | 150   | 4.20              | 3.80    | 16.50            | 81                                       | 0,30                  |
| Обед                          |                     |                                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>380/1                | 380/1               | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ                                        | 40    | 1.10              | 2.00    | 1.00             | 27                                       | 2,41                  |
| ТТК №<br>12/1                 | 12/1                | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И<br>СМЕТАНОЙ)          | 180   | 1.80              | 6.00    | 8.60             | 96                                       | 28,00                 |
| ТТК №<br>42/1                 | 42/1                | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ                                                 | 60    | 6.30              | 7.50    | 6.70             | 122                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>52/1                 | 52/1                | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                                           | 120   | 1.90              | 4.60    | 11.20            | 94                                       | 11,25                 |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                              | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>41/1                 | 41/1                | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                      | 150   | 0.50              | 0.00    | 14.40            | 59                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                  | 590   | 14.40             | 20.80   | 61.80            | 495                                      | 41,66                 |
| Полдник                       |                     |                                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>87/1                 | 87/1                | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                                    | 60    | 6.50              | 4.20    | 4.90             | 89                                       | 0,30                  |
| ТТК №<br>119/1                | 119/1               | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С<br>МОРКОВЬЮ                                  | 115   | 1.40              | 3.20    | 13.70            | 89                                       | 9,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                              | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>93/1                 | 93/1                | ЧАЙ С САХАРОМ                                                    | 150   | 0.10              | 0.00    | 5.20             | 21                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>145/1                | 145/1               | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"                                               | 40    | 2.40              | 2.60    | 24.20            | 130                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>1/1                  | 1/1/4               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                                           | 95    | 0.40              | 0.40    | 9.30             | 45                                       | 6,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                  | 480   | 12.10             | 10.60   | 66.60            | 418                                      | 15,30                 |
| Всего                         |                     |                                                                  |       | 40.30             | 46.40   | 185.00           | 1 288                                    | 58,39                 |

шеф повар

Орлова И.В.

Согласовано

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

# МЕНЮ

17 ноября 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>33/1                 | 33/1                | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ | 180    | 3.40              | 5.60    | 17.50            | 133                                      | 0,53                  |
| ТТК №<br>97/1                 | 97/1                | КАКАО С МОЛОКОМ                                                  | 180    | 3.20              | 2.50    | 15.60            | 98                                       | 0,60                  |
| ТТК №<br>17/1                 | 17/1                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ                                        | 40     | 5.00              | 9.10    | 10.70            | 145                                      | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                  | 400    | 11.60             | 17.20   | 43.80            | 376                                      | 1,13                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>29/1                 | 29/1                | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%                                      | 180    | 5.00              | 4.50    | 19.80            | 97                                       | 0,30                  |
| Итого                         |                     |                                                                  | 180    | 5.00              | 4.50    | 19.80            | 97                                       | 0,30                  |
| Обед                          |                     |                                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>380/1                | 380/1               | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ                                        | 60     | 1.60              | 3.10    | 1.60             | 40                                       | 3,60                  |
| ТТК №<br>12/1                 | 12/1                | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И<br>СМЕТАНОЙ)          | 200    | 2.50              | 6.50    | 9.60             | 107                                      | 28,00                 |
| ТТК №<br>42/1                 | 42/1                | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ                                                 | 80     | 8.40              | 10.30   | 8.90             | 162                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>52/1                 | 52/1                | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                                           | 140    | 2.20              | 5.30    | 13.10            | 109                                      | 11,25                 |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                              | 30     | 2.00              | 0.30    | 13.90            | 66                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                | 20     | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>41/1                 | 41/1                | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                      | 180    | 0.60              | 0.00    | 17.20            | 71                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                  | 710    | 18.80             | 26.00   | 74.90            | 608                                      | 42,85                 |
| Полдник                       |                     |                                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>87/1                 | 87/1                | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                                    | 80     | 8.70              | 5.60    | 6.50             | 118                                      | 0,30                  |
| ТТК №<br>119/1                | 119/1               | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С<br>МОРКОВЬЮ                                  | 140    | 1.80              | 4.00    | 17.40            | 113                                      | 9,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                              | 20     | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>145/1                | 145/1               | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"                                               | 50     | 0.20              | 0.10    | 9.70             | 40                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>90/1                 | 90/1                | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                                   | 180/15 | 3.00              | 3.20    | 30.30            | 162                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>1/1                  | 1/1/4               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                                           | 100    | 0.40              | 0.40    | 9.80             | 47                                       | 6,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                  | 585    | 15.40             | 13.50   | 83.00            | 524                                      | 15,30                 |
| Всего                         |                     |                                                                  |        | 50.80             | 61.20   | 221.50           | 1 605                                    | 59,58                 |

шеф повар

Орлова И.В.