

Согласовано

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

МЕНЮ

30 января 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 36/1	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2.10	5.00	19.00	132	0,40
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.20	1.90	14.50	84	0,56
Итого			350	5.80	7.40	44.10	269	0,96
II Завтрак								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.00	75	1,49
Итого			150	4.40	3.80	6.00	75	1,49
Обед								
ТТК № 71/1	71/1	РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1.80	5.80	8.80	95	5,30
ТТК № 178/1	178/1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0.50	2.10	3.50	34	0,00
ТТК № 142/1	142/1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	6.00	2.90	6.80	77	0,00
ТТК № 127/1	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1.70	3.70	16.70	107	10,30
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 113/1	113/1/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.50	0.00	24.80	102	1,40
Итого			590	13.30	15.20	80.50	512	17,00
Полдник								
ТТК № 162/1	162/1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	5.80	7.00	10.20	133	0,05
ТТК № 133/1	133/1	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1.00	3.50	9.30	72	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 90/1	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0.10	0.00	6.50	27	0,00
ТТК № 18/1	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	3.70	3.00	16.40	108	0,00
ТТК № 1/1	1/1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	95	0.80	0.20	7.10	36	0,00
Итого			490	12.70	13.90	58.80	420	0,05
Всего				36.20	40.30	189.40	1 276	19,50

шеф повар

Орлова И.В.

Согласовано

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

МЕНЮ

30 января 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 36/1	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	3.00	5.40	22.90	150	0,40
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 60/1	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.40	2.60	14.60	88	0,00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.40	1.90	14.80	86	0,56
Итого			400	8.30	10.40	62.90	377	0,96
II Завтрак								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2.5%	180	5.20	4.50	7.20	90	1,49
Итого			180	5.20	4.50	7.20	90	1,49
Обед								
ТТК № 178/1	178/1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0.80	3.10	5.20	52	0,00
ТТК № 71/1	71/1	РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2.40	6.50	9.90	107	5,30
ТТК № 142/1	142/1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	8.00	3.90	9.00	103	0,00
ТТК № 127/1	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2.00	4.30	19.50	125	10,30
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 113/1	113/1/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0.50	0.00	29.70	122	1,40
Итого			710	17.20	18.60	97.80	628	17,00
Полдник								
ТТК № 162/1	162/1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	7.80	9.30	13.60	177	0,05
ТТК № 133/1	133/1	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	1.30	4.20	11.30	88	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 91/1	91/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.20	0.00	6.40	26	0,00
ТТК № 18/1	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	4.60	3.80	20.50	134	0,00
Итого			497	16.70	18.00	71.70	522	0,05
Всего				47.40	51.50	239.60	1 617	19,50

шеф повар

Орлова И.В.