

Согласовано

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

/Михайленко О.Г./

МЕНЮ

23 июля 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 № 122/1	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	7.80	8.40	2.20	132	0,17
ТТК № 22/1	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0.90	1.10	1.50	19	0,00
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	12.40	11.90	28.80	288	0,73
II Завтрак								
ТТК № 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 № 160/1	160/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0.60	2.10	7.90	53	0,00
ТТК № 134/1/1	134/1/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.70	3.80	6.90	73	11,00
ТТК № 110/1	110/1/1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	60	6.20	2.80	5.80	73	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	113/1/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.80	0.00	19.10	83	1,40
Итого			590	14.80	13.10	76.30	486	22,70
Полдник								
ТТК № 163/1	163/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	5.70	7.50	5.50	109	0,00
ТТК № 147/1	147/1	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	115	2.30	6.60	19.60	149	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	6.20	25	0,00
ТТК № 96/1	96/1	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	3.20	2.40	17.80	106	0,00
Итого			415	12.60	16.70	58.40	433	0,00
Всего				44.00	45.50	180.00	1 288	23,73

шеф повар

Орлова И.В.