

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Детский сад №38 Приморского района Санкт-Петербурга

/Воронкова Д.А./

**МЕНЮ**

14 октября 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| ТТК № 33 | 33/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 5.40 | 5.60 | 20.80 | 133 | 0.00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.50 | 0.50 | 10.60 | 54 | 0.00 |
| ТТК № 28 | 28/1 | ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 35 | 0.20 | 0.00 | 26.30 | 105 | 0.00 |
| ТТК № 92 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2.10 | 1.70 | 11.80 | 74 | 0.00 |
| Итого | | | 415 | 9.20 | 7.80 | 69.50 | 366 | 0.00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| ТТК № 113 | 113/1 | СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) | 180 | 0.90 | 0.20 | 18.20 | 83 | 0.00 |
| Итого | | | 180 | 0.90 | 0.20 | 18.20 | 83 | 0.00 |
| Обед | | | | | | | | |
| ТТК № 54 | 54/1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ) | 60 | 0.40 | 0.10 | 1.10 | 7 | 0.00 |
| ТТК № 12 | 12/1 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 200 | 2.60 | 7.50 | 10.80 | 122 | 0.00 |
| ТТК № 87 | 87/1 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 80 | 8.80 | 6.40 | 4.30 | 122 | 0.00 |
| ТТК № 149 | 149/1 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ | 140 | 2.00 | 8.30 | 22.70 | 153 | 0.00 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2.00 | 0.30 | 13.90 | 66 | 0.00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.50 | 0.50 | 10.60 | 54 | 0.00 |
| ТТК № 50 | 50/1 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0.60 | 0.30 | 16.70 | 83 | 0.00 |
| Итого | | | 710 | 17.90 | 23.40 | 80.10 | 607 | 0.00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| ТТК № 124 | 124/1 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 12.20 | 19.20 | 20.40 | 273 | 0.00 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.30 | 0.20 | 9.30 | 44 | 0.00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.50 | 0.50 | 10.60 | 54 | 0.00 |
| ТТК № 93 | 93/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0.10 | 0.00 | 6.20 | 25 | 0.00 |
| ТТК № 145 | 145/1 | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" | 50 | 3.20 | 3.00 | 29.20 | 157 | 0.00 |
| Итого | | | 470 | 18.30 | 22.90 | 75.70 | 553 | 0.00 |
| Всего | | | | 46.30 | 54.30 | 243.50 | 1 609 | 0.00 |

Врач _____



МЕНЮ

14 октября 2024 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 № 154 | 154/1 | ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ | 150 | 4.40 | 8.10 | 11.80 | 164 | 0.00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.50 | 0.50 | 10.60 | 54 | 0.00 |
| ТТК № 92 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2.10 | 1.70 | 11.80 | 73 | 0.00 |
| Итого | | | 350 | 8.00 | 10.30 | 34.20 | 291 | 0.00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| ТТК № 113 | 113/1 | СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) | 150 | 0.80 | 0.20 | 15.20 | 69 | 0.00 |
| Итого | | | 150 | 0.80 | 0.20 | 15.20 | 69 | 0.00 |
| Обед | | | | | | | | |
| ТТК № 54 | 54/1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ) | 40 | 0.30 | 0.00 | 0.80 | 5 | 0.00 |
| ТТК № 12 | 12/1 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 180 | 2.20 | 6.30 | 8.60 | 105 | 0.00 |
| ТТК № 87 | 87/1 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 60 | 6.60 | 4.80 | 3.20 | 92 | 0.00 |
| ТТК № 149 | 149/1 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ | 120 | 1.70 | 7.10 | 19.50 | 131 | 0.00 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.30 | 0.20 | 9.30 | 44 | 0.00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.50 | 0.50 | 10.60 | 54 | 0.00 |
| ТТК № 50 | 50/1 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0.50 | 0.20 | 13.90 | 69 | 0.00 |
| Итого | | | 590 | 14.10 | 19.10 | 65.90 | 500 | 0.00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| ТТК № 124 | 124/1 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 160 | 9.80 | 13.70 | 16.30 | 218 | 0.00 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.30 | 0.20 | 9.30 | 44 | 0.00 |
| ТТК № 93 | 93/3 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0.10 | 0.00 | 6.20 | 25 | 0.00 |
| ТТК № 145 | 145/1 | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" | 40 | 2.60 | 2.40 | 23.40 | 126 | 0.00 |
| Итого | | | 400 | 13.80 | 16.30 | 55.20 | 413 | 0.00 |
| Всего | | | | 36.70 | 45.90 | 170.50 | 1 273 | 0.00 |

Врач _____