

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №77 Красносельского района СПб  
Зубко Д.А.



## МЕНЮ

14 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,25	6,62	9,60	66,24	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,00	0,40
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,20	4,40	25,50	150,00	0,00
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>10,25</b>	<b>14,52</b>	<b>44,10</b>	<b>297,24</b>	<b>2,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	161	0,48	0,00	26,61	109,68	9,68
<b>Итого</b>			<b>161</b>	<b>0,48</b>	<b>0,00</b>	<b>26,61</b>	<b>109,68</b>	<b>9,68</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	37	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,20	4,00	5,00	92,40	4,60
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	155	15,19	16,66	17,25	211,68	14,50
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	12	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>529</b>	<b>21,39</b>	<b>21,58</b>	<b>56,15</b>	<b>461,28</b>	<b>82,86</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	8,22	5,28	0,20	80,19	0,69
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	55	13,88	9,32	0,00	140,97	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,38	3,70	15,70	107,00	7,54
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	110	2,12	0,42	16,76	79,55	15,23
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	12	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,02	4,65	24,34	165,64	0,10
<b>Итого</b>			<b>372</b>	<b>13,72</b>	<b>13,85</b>	<b>64,74</b>	<b>458,83</b>	<b>9,53</b>
<b>Всего</b>				<b>45,84</b>	<b>49,95</b>	<b>191,60</b>	<b>1 327,03</b>	<b>104,17</b>

Медицинская сестра

Лебедева С.А.

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №77 Красносельского района СПб  
Зубко Д.А./



**МЕНЮ**  
14 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,25	6,62	9,60	66,24	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	2,20	4,40	25,50	150,00	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,52</b>	<b>17,52</b>	<b>51,10</b>	<b>348,24</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	184	0,96	0,24	17,80	78,00	1,40
<b>Итого</b>			<b>184</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,80</b>	<b>78,00</b>	<b>1,40</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	46	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,20	5,20	6,60	118,00	6,80
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	195	18,91	20,58	21,56	347,90	18,33
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	12	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>663</b>	<b>26,71</b>	<b>26,87</b>	<b>68,76</b>	<b>654,30</b>	<b>102,13</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	8,22	0,46	0,30	142,96	0,89
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	55	13,88	9,32	0,00	140,97	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,70	4,60	17,50	119,40	9,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	130	2,50	0,50	19,80	94,00	18,00
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	12	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,34	0,91	26,16	131,30	0,10
<b>Итого</b>			<b>442</b>	<b>16,38</b>	<b>6,21</b>	<b>72,08</b>	<b>512,86</b>	<b>11,39</b>
<b>Всего</b>				<b>55,57</b>	<b>50,84</b>	<b>209,74</b>	<b>1 593,40</b>	<b>115,92</b>

Медицинская сестра

Лебедева С.А.