

Утверждаю

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



# МЕНЮ

26 декабря 2024 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,47	2,21	16,59	71,40	1,89
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ (аллергики)	155	4,08	6,06	22,03	158,82	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
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>9,27</b>	<b>11,91</b>	<b>47,59</b>	<b>283,40</b>	<b>2,79</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	102	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>102</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	42	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,27	6,26	8,19	108,84	5,46
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	11,33	0,41	0,00	143,17	0,41
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12,63	8,48	0,00	128,27	0,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,99	1,19	14,65	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,65	4,08	17,44	119,34	8,36
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,53	0,51	20,00	94,94	18,18
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>604</b>	<b>21,32</b>	<b>12,38</b>	<b>50,82</b>	<b>500,50</b>	<b>15,93</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,70	13,36	12,52	228,33	17,42
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	2,32	6,06	24,44	135,34	5,15
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
<b>Итого</b>			<b>511</b>	<b>20,62</b>	<b>22,77</b>	<b>67,09</b>	<b>538,80</b>	<b>23,55</b>
<b>Всего</b>				<b>52,71</b>	<b>47,56</b>	<b>186,50</b>	<b>1 418,70</b>	<b>46,27</b>

Медицинская сестра

*С.А.*

Лебедева С.А.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

26 декабря 2024 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,34	4,22	7,21	63,86	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ (аллергии)	155	4,08	6,06	21,97	158,56	0,00
	TK№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	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>12,84</b>	<b>16,32</b>	<b>44,31</b>	<b>358,86</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
	TK№020	БАНАН СВЕЖИЙ	102	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
<b>Итого</b>			<b>102</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,02</b>
<b>Обед</b>								
	TK№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	53	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,32	6,45	8,49	112,00	5,69
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	15,14	0,52	0,00	169,95	0,62
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	12,63	8,48	0,00	128,27	0,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,99	1,19	14,65	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,26	5,10	21,73	149,94	10,51
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	152	2,90	4,70	23,50	148,00	21,00
	TK№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>759</b>	<b>26,72</b>	<b>13,86</b>	<b>61,73</b>	<b>592,44</b>	<b>18,92</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,45	12,61	13,23	227,46	18,45
	TK№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	3,54	9,09	36,66	203,01	5,66
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	101	0,40	0,00	0,00	0,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>576</b>	<b>22,61</b>	<b>25,07</b>	<b>83,62</b>	<b>620,30</b>	<b>25,19</b>
<b>Всего</b>				<b>63,67</b>	<b>55,75</b>	<b>210,66</b>	<b>1 667,60</b>	<b>49,13</b>

Медицинская сестра

Лебедева С.А.