

Утверждаю

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

МЕНЮ
4 декабря 2024 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,51	2,27	17,06	73,44	1,94
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,49	2,67	2,97	40,10	2,18
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,40	21,00	2,90	149,00	0,20
	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
Итого			410	21,20	28,34	35,63	346,54	4,82
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	141	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			141	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,53	4,18	7,04	74,74	9,09
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65/70	8,74	10,85	14,30	188,93	0,96
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			745	20,09	21,55	77,94	614,57	12,25
Уплотненный полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	195	15,10	13,23	14,96	243,48	20,00
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			515	21,52	17,07	55,80	469,22	23,18
Всего				63,41	67,46	184,87	1 500,83	43,25

Медицинская сестра

Лебедева С.А.

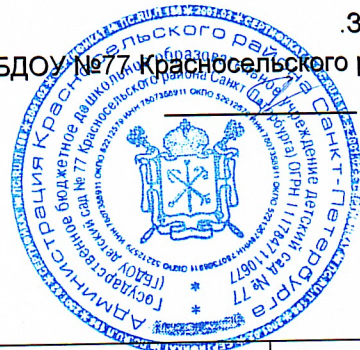
Утверждаю

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

МЕНЮ

4 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,51	2,27	17,06	73,44	1,94
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,89	1,58	1,78	24,06	1,39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,30	16,70	2,30	119,00	0,20
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,20	4,40	25,50	150,00	0,00
	TKN№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
Итого			365	17,50	22,95	33,84	300,50	4,03
II Завтрак								
	TKN№002	ГРУША СВЕЖАЯ	141	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			141	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	TKN№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,09	6,16	6,53	100,64	8,45
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,50	14,69	3,36	128,64	0,58
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			589	25,77	25,79	50,92	467,88	10,73
Уплотненный полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	165	12,86	12,81	12,76	220,98	17,02
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,74	6,14	24,96	156,31	0,00
	TKN№037	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	94	0,40	0,00	0,00	0,00	2,00
Итого			505	21,20	22,21	63,85	532,92	19,30
Всего				65,07	71,45	164,11	1 371,80	37,06

Медицинская сестра

Лебедева С.А.