

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
5 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,27	4,14	7,07	62,62	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ (аллергии)	155	3,57	5,90	19,37	144,84	0,00
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
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>13,07</b>	<b>15,34</b>	<b>49,67</b>	<b>372,62</b>	<b>1,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	182	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
<b>Итого</b>			<b>182</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,80</b>	<b>78,00</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,81	7,68	6,06	96,96	3,94
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,29	6,41	8,37	111,09	5,47
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	200/10/5	4,16	5,82	8,37	103,12	5,51
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,40	5,46	20,70	169,95	0,41
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	12,38	8,32	0,00	125,73	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145	2,45	1,96	9,60	65,66	5,78
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>728</b>	<b>21,53</b>	<b>22,46</b>	<b>76,63</b>	<b>594,66</b>	<b>15,60</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	23,70	12,18	21,56	291,80	0,21
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (аллергии)	100	3,86	7,72	14,16	141,57	6,93
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	199	5,94	3,96	9,70	97,91	1,09
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	102	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	120	0,40	0,00	0,00	0,00	2,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	31	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>467</b>	<b>32,72</b>	<b>19,34</b>	<b>64,76</b>	<b>538,71</b>	<b>16,50</b>
<b>Всего</b>				<b>68,28</b>	<b>57,38</b>	<b>208,86</b>	<b>1 583,99</b>	<b>34,64</b>

Медицинская сестра

Лебедева С.А.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

5 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,27	4,14	7,07	62,62	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	158,00	0,40
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ (аллергики)	155	3,57	5,90	19,43	145,10	0,00
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
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>12,07</b>	<b>14,64</b>	<b>40,97</b>	<b>327,62</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	152	0,80	0,20	14,80	65,00	1,20
<b>Итого</b>			<b>152</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>14,80</b>	<b>65,00</b>	<b>1,20</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,61	6,16	4,85	77,57	1,21
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,23	6,22	8,10	108,03	5,25
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,83	4,12	15,55	117,42	0,21
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12,50	8,40	0,00	127,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,96	1,57	7,64	52,43	4,12
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>582</b>	<b>17,36</b>	<b>18,77</b>	<b>61,47</b>	<b>474,38</b>	<b>11,59</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	105	18,23	9,37	16,58	227,63	0,21
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (аллергики)	100	3,86	7,72	14,16	141,57	6,93
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	149	4,36	2,97	7,23	73,46	0,79
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	102	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	21	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>377</b>	<b>26,19</b>	<b>16,14</b>	<b>46,21</b>	<b>433,49</b>	<b>16,20</b>
<b>Всего</b>				<b>56,42</b>	<b>49,75</b>	<b>163,45</b>	<b>1 300,49</b>	<b>29,99</b>

Медицинская сестра

Лебедева С.А.