

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №77 Красносельского района СПб
(Зурко Д.А./



МЕНЮ

19 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,21	4,06	6,93	61,38	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 (аллергики)	155	4,00	5,89	21,54	155,07	0,00
	ТК№043	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
Итого			415	13,01	15,26	49,53	371,38	1,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	176	0,53	0,00	29,12	120,00	10,59
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	184	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Итого			360	1,49	0,24	46,92	198,00	12,03
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,82	7,75	6,12	97,92	3,98
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,31	6,66	8,34	113,09	5,30
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,40	5,46	20,70	169,95	0,41
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12,75	8,57	0,00	129,54	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,53	2,02	9,90	67,67	5,96
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
Итого			733	21,64	22,84	76,96	599,63	15,65
Уплотненный полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,01	11,83	20,93	283,30	0,20
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (аллергики)	130	5,02	10,04	18,40	184,04	9,01
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	201	6,00	4,00	9,80	98,90	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	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№018	ПЕЧЕНЬЕ	31	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			464	32,09	19,03	64,23	531,20	16,50
Всего				68,23	57,37	237,64	1 700,21	45,28

Медицинская сестра

Лебедева С.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
19 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,21	4,06	6,93	61,38	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 (аллергии)	155	4,00	5,89	21,63	155,45	0,00
	ТК№029	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
Итого			365	12,01	14,56	40,83	326,38	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	153	0,80	0,20	14,80	65,00	1,20
Итого			153	0,80	0,20	14,80	65,00	1,20
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,61	6,22	4,90	78,34	1,22
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,26	6,45	8,08	110,03	5,10
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,83	4,12	15,55	117,42	0,21
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	12,75	8,57	0,00	129,54	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,02	1,62	7,88	54,04	4,24
	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
Итого			582	17,45	19,11	61,74	478,76	11,57
Уплотненный полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,70	9,10	16,10	221,00	0,20
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (аллергии)	100	3,86	7,72	14,16	141,57	6,93
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	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
Итого			374	25,70	15,90	45,80	427,60	16,20
Всего				55,96	49,77	163,17	1 297,74	29,97

Медицинская сестра

Лебедева С.А.