

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
20 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	2,35	3,98	9,89	93,84	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	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 (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>11,75</b>	<b>16,78</b>	<b>50,29</b>	<b>379,84</b>	<b>1,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	159	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>159</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	1,50	45,60	1,90
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,54	5,38	11,67	117,50	5,81
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	8,48	12,12	13,43	271,69	12,02
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,03	2,06	3,09	38,42	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	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>753</b>	<b>19,79</b>	<b>23,41</b>	<b>60,19</b>	<b>692,21</b>	<b>20,03</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	57	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5,30	8,40	28,90	242,00	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	8,92	5,32	33,99	220,33	0,04
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>14,94</b>	<b>13,82</b>	<b>73,31</b>	<b>510,33</b>	<b>6,24</b>
<b>Всего</b>				<b>47,08</b>	<b>54,51</b>	<b>199,29</b>	<b>1 652,88</b>	<b>30,57</b>

Медицинская сестра

Лебедева С.А.

Утверждаю

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



## МЕНЮ

20 декабря 2024 г.

Ясли 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,46	7,04	10,20	70,38	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,20	4,40	25,50	150,00	0,00
	ТК№02 6	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>360</b>	<b>9,26</b>	<b>11,34</b>	<b>42,30</b>	<b>275,38</b>	<b>2,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	159	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>159</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	1,20	36,50	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,56	4,52	10,59	101,45	5,25
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	6,36	9,09	10,10	226,24	12,02
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	0,82	1,24	15,35	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>553</b>	<b>13,76</b>	<b>16,93</b>	<b>39,56</b>	<b>516,17</b>	<b>17,37</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	57	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,16	6,63	22,87	190,08	0,10
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	6,31	3,14	23,92	149,38	0,03
<b>Итого</b>			<b>409</b>	<b>12,14</b>	<b>10,00</b>	<b>62,19</b>	<b>411,46</b>	<b>6,03</b>
<b>Всего</b>				<b>35,76</b>	<b>38,77</b>	<b>159,55</b>	<b>1 273,51</b>	<b>28,70</b>

Медицинская сестра

Лебедева С.А.