

Утверждаю

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

# МЕНЮ

24 декабря 2024 г.

Ясли 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,34	4,22	7,21	63,86	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,20	2,10	2,40	32,40	1,86
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,30	13,92	1,92	93,20	0,17
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (аллергии)	105	2,14	7,18	16,25	138,61	8,08
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,84	3,23	15,76	108,07	0,61
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>18,68</b>	<b>23,47</b>	<b>27,29</b>	<b>297,53</b>	<b>2,64</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	148	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>148</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	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	0,32	0,04	2,93	30,69	1,02
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	3,40	3,00	107,00	4,00
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	150/10/5	4,23	5,61	10,12	108,21	4,14
2012	305	КОТЛета РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,00	2,31	9,14	100,94	0,39
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	12,88	8,65	0,00	130,81	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	105	1,69	3,85	10,72	83,66	4,51
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	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
<b>Итого</b>			<b>545</b>	<b>19,51</b>	<b>10,22</b>	<b>45,69</b>	<b>477,59</b>	<b>9,92</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,14	1,71	8,35	57,25	4,49
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	91	0,40	0,40	9,90	44,20	4,00
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>16,52</b>	<b>14,98</b>	<b>54,11</b>	<b>421,88</b>	<b>4,97</b>
<b>Всего</b>				<b>55,31</b>	<b>49,17</b>	<b>142,59</b>	<b>1 267,50</b>	<b>20,53</b>

Медицинская сестра

Лебедева С.А.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

24 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	3,34	4,22	7,21	63,86	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,50	2,70	3,00	40,50	2,20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,40	21,00	2,90	149,00	0,20
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,84	3,23	15,76	108,07	0,61
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>24,08</b>	<b>31,15</b>	<b>28,87</b>	<b>361,43</b>	<b>3,01</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	148	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>148</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	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	45	0,40	0,05	3,66	38,41	1,40
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,50	4,50	4,00	165,00	4,40
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10/5	4,41	5,97	11,20	116,54	4,64
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,84	2,70	10,68	117,80	0,49
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	140	2,26	5,26	14,66	114,49	6,20
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>701</b>	<b>24,98</b>	<b>13,46</b>	<b>63,50</b>	<b>654,70</b>	<b>12,49</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	155	2,31	2,10	10,29	92,40	6,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	49	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	91	0,40	0,40	9,90	44,20	4,00
<b>Итого</b>			<b>589</b>	<b>16,30</b>	<b>14,97</b>	<b>78,22</b>	<b>532,03</b>	<b>6,78</b>
<b>Всего</b>				<b>65,96</b>	<b>60,08</b>	<b>186,09</b>	<b>1 618,66</b>	<b>25,28</b>

Медицинская сестра

Лебедева С.А.