Согласовано

Заведующий
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №40 Приморского района Санкт-Петербурга
/Сидорова О.Н./

МЕНЮ

9 января 2025 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		
Завтрак								
ТТК № 56	56/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	9.20	12.50	5.00	198	0,00
ТТК № 22	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0.90	1.10	1.50	18	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.80	74	0,00
Итого			**400**	**13.70**	**15.80**	**28.90**	**344**	**0,00**
II Завтрак								
ТТК № 73	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.20	4.50	7.60	92	0,00
Итого			**180**	**5.20**	**4.50**	**7.60**	**92**	**0,00**
Обед								
ТТК № 54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60	0.40	0.10	1.10	7	0,00
ТТК № 70	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2.80	7.60	13.50	119	0,00
ТТК № 11	11/1	КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	80	8.60	9.00	11.50	175	0,00
ТТК № 109	109/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	4.60	5.70	37.10	159	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 48	48/1	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0.20	0.00	1.60	48	0,00
Итого			**710**	**20.10**	**23.20**	**89.30**	**628**	**0,00**
Полдник								
ТТК № 164	164/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЁЖИКИ"	80	7.40	7.50	10.70	144	0,00
ТТК № 156	156/1	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	140	3.50	6.30	15.60	137	0,00
ТТК № 89	89/2	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 98	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1.00	0.10	24.50	104	0,00
ТТК № 1	1/6	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0.80	0.20	7.50	38	0,00
Итого			**540**	**15.50**	**14.80**	**78.20**	**521**	**0,00**
Всего				**54.50**	**58.30**	**204.00**	**1 585**	**0,00**

Согласовано

Заведующий
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №40 Приморского района Санкт-Петербурга
_____ /Сидорова О.Н./

МЕНЮ

9 января 2025 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		
Завтрак								
ТТК № 56	56/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	6.50	8.80	3.50	139	0,00
ТТК № 22	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0.90	1.10	1.50	18	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.80	73	0,00
Итого			**350**	**11.00**	**12.10**	**27.40**	**284**	**0,00**
II Завтрак								
ТТК № 73	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.30	77	0,00
Итого			**150**	**4.40**	**3.80**	**6.30**	**77**	**0,00**
Обед								
ТТК № 54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40	0.30	0.00	0.80	5	0,00
ТТК № 70	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.40	6.30	11.10	101	0,00
ТТК № 11	11/1	КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	60	6.40	6.80	8.70	131	0,00
ТТК № 109	109/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	4.00	4.90	31.80	137	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 48	48/1	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0.20	0.00	9.60	40	0,00
Итого			**590**	**16.10**	**18.70**	**81.90**	**512**	**0,00**
Полдник								
ТТК № 164	164/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЁЖИКИ"	60	5.60	5.60	8.00	100	0,00
ТТК № 156	156/1	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	120	2.80	5.10	12.80	101	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 98	98/2	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1.00	0.10	24.50	104	0,00
ТТК № 19	19/1	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.80	5.40	12.40	102	0,00
Итого			**400**	**11.50**	**16.40**	**67.00**	**451**	**0,00**
Всего				**43.00**	**51.00**	**182.60**	**1 324**	**0,00**