

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №72 Приморского района Санкт-Петербурга
Чурсина Л.Н./

МЕНЮ

20 ноября 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		
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 ЗЕЛЕНЬИЙ)	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 № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.30	1.70	13.90	83	0,00
Итого			350	11.20	12.10	29.50	294	0,00
II Завтрак								
ТТК № 38	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2.5%	150	4.40	3.80	6.00	75	0,00
Итого			150	4.40	3.80	6.00	75	0,00
Обед								
ТТК № 54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40	0.30	0.00	0.80	5	0,00
ТТК № 161	161/1	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)	180	2.50	5.20	8.20	81	0,00
ТТК № 11	11/1	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	60	6.40	6.80	8.70	131	0,00
ТТК № 158	158/1	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	120	1.50	5.10	13.00	93	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 № 98	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0.80	0.10	20.60	87	0,00
Итого			590	14.30	17.90	71.20	495	0,00
Полдник								
ТТК № 152	152/1	КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	60	7.60	6.80	5.80	107	0,00
ТТК № 157	157/1	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (1 ВАРИАНТ)	115	1.00	2.90	11.40	90	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 40	40/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0.10	0.10	7.90	34	0,00
ТТК № 146	146/1	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	2.90	0.70	22.70	96	0,00
ТТК № 1	1/5	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	95	0.40	0.30	9.80	45	0,00
Итого			480	13.30	11.00	66.90	416	0,00
Всего				43.20	44.80	173.60	1 280	0,00