

Согласовано

Заведующий

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

**МЕНЮ**

19 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
ТТК № 118	118/1	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	180	3.90	5.90	28.50	171	0,00
ТТК № 13	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.60	0.50	24.90	108	0,00
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.80	74	0,00
Итого			400	7.60	8.10	65.20	353	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 № 20	20/1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.80	6.10	4.00	74	0,00
ТТК № 84	84/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3.90	2.60	16.00	104	0,00
ТТК № 43	43/1	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	10.60	3.90	14.50	141	0,00
ТТК № 148	148/1	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	1.80	4.40	22.90	109	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 № 113	113/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180	0.90	0.20	18.20	83	0,00
Итого			710	21.50	18.00	100.10	631	0,00
Полдник								
ТТК № 25	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	12.00	15.40	34.20	361	0,00
ТТК № 80	80/1	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.50	1.40	3.90	30	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 93	93/3	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	6.20	25	0,00
ТТК № 1	1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0.40	0.30	10.30	47	0,00
Итого			500	14.50	17.60	65.20	517	0,00
Всего				48.80	48.20	238.10	1 593	0,00