

Согласовано

Заведующий

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

МЕНЮ

21 ноября 2024 г.

Сад 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		
Завтрак								
ТТК № 32	32/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4.40	4.30	23.00	142	0,00
ТТК № 15	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.50	4.70	10.60	91	0,00
ТТК № 19	19/1	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.80	0.50	12.40	102	0,00
ТТК № 90	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.20	0.10	9.70	43	0,00
Итого			420	6.90	9.60	55.70	378	0,00
II Завтрак								
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2.5%	180	5.00	4.50	19.80	97	0,00
Итого			180	5.00	4.50	19.80	97	0,00
Обед								
ТК № 160	160/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60	0.90	3.10	11.80	74	0,00
ТТК № 134	134/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.80	4.90	11.00	101	0,00
ТТК № 110	110/1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	80	7.60	3.80	8.70	110	0,00
ТТК № 127	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	1.90	4.50	20.10	128	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 № 113	113/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0.90	0.00	22.90	99	0,00
Итого			700	17.90	17.00	94.40	610	0,00
Полдник								
ТТК № 163	163/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80	6.90	9.10	6.60	143	0,00
ТТК № 147	147/1	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	140	3.30	7.50	27.80	188	0,00
ТТК № 89	89/2	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 91	91/2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.20	0.00	6.40	28	2,85
ТТК № 18	18/2	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	4.20	4.50	21.50	139	0,00
Итого			477	15.90	21.30	71.60	542	2,85
Всего				45.70	52.40	241.50	1 627	2,85