

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №72 Приморского района Санкт-

Петербурга

Чурсина Л.Н./

МЕНЮ

22 ноября 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		
Завтрак								
ТТК № 35	35/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.50	5.10	26.00	173	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	9.20	7.30	62.70	355	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	54/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.70	0.10	2.30	13	0,00
ТТК № 71	71/1	РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2.50	7.50	12.00	117	0,00
ТТК № 59	59/1	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	7.50	9.60	7.20	173	0,00
ТТК № 45	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	3.00	4.20	25.70	152	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 № 40	40/2	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0.10	0.10	9.70	41	0,00
Итого			710	17.30	22.30	81.40	616	0,00
Полдник								
ТТК № 21	21/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	11.90	20.20	15.40	292	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 № 150	150/1	КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0.40	0.10	30.50	127	0,00
ТТК № 1	1/8	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.40	0.40	9.80	47	0,00
Итого			520	15.50	21.40	75.60	564	0,00
Всего				47.20	55.50	227.30	1 627	0,00