

Согласовано

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

МЕНЮ
28 ноября 2024 г.
Сад 12 часов



| Сбор- ник рецеп- тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал | Вита- мин С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--|------------|-------------------|--------------|------------------|--|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, 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 |