

Согласовано

Заведующий

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



## МЕНЮ

30 октября 2024 г.

### Ясли 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  |                                |                |
| <b>Завтрак</b>     |               |   |            |                   |              |               |                                |                |
| ТТК № 37           | 37/1          | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА) | 150        | 2.40              | 6.80         | 20.10         | 105                            | 0,00           |
| ТТК № 16           | 16/1          | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                             | 30         | 3.80              | 3.50         | 10.60         | 90                             | 0,00           |
| ТТК № 97           | 97/1          | КАКАО С МОЛОКОМ                               | 180        | 3.00              | 2.50         | 15.20         | 96                             | 0,00           |
| <b>Итого</b>       |               |   | <b>360</b> | <b>9.20</b>       | <b>12.80</b> | <b>45.90</b>  | <b>291</b>                     | <b>0,00</b>    |
| <b>II Завтрак</b>  |               |   |            |                   |              |               |                                |                |
| ТТК № 29           | 29/1          | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%                   | 150        | 4.20              | 3.80         | 16.50         | 81                             | 0,00           |
| <b>Итого</b>       |               |   | <b>150</b> | <b>4.20</b>       | <b>3.80</b>  | <b>16.50</b>  | <b>81</b>                      | <b>0,00</b>    |
| <b>Обед</b>        |               |   |            |                   |              |               |                                |                |
| ТТК № 159          | 159/1         | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ                       | 40         | 1.20              | 3.30         | 3.00          | 42                             | 0,00           |
| ТТК № 134          | 134/2         | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)                      | 180        | 3.20              | 4.60         | 8.00          | 77                             | 0,00           |
| ТТК № 162          | 162/1         | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                               | 60         | 6.40              | 7.00         | 11.00         | 133                            | 0,00           |
| ТТК № 130          | 130/1         | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ                            | 120        | 2.00              | 3.00         | 16.70         | 99                             | 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 № 41           | 41/1          | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                   | 150        | 0.50              | 0.00         | 14.40         | 59                             | 0,00           |
| <b>Итого</b>       |               |   | <b>590</b> | <b>16.10</b>      | <b>18.60</b> | <b>73.00</b>  | <b>508</b>                     | <b>0,00</b>    |
| <b>Полдник</b>     |               |   |            |                   |              |               |                                |                |
| ТТК № 151          | 151/1         | КНЕЛИ РЫБНЫЕ                                  | 60         | 5.10              | 3.50         | 4.20          | 78                             | 0,00           |
| ТТК № 53           | 53/1          | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ          | 115        | 1.00              | 2.50         | 10.10         | 57                             | 0,00           |
| ТТК № 89           | 89/1          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ              | 20         | 1.30              | 0.20         | 9.30          | 44                             | 0,00           |
| ТТК № 113          | 113/2         | СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)                   | 150        | 0.80              | 0.00         | 19.10         | 83                             | 0,00           |
| ТТК № 96           | 96/1          | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                           | 40         | 3.30              | 2.20         | 20.30         | 112                            | 0,00           |
| ТТК № 1            | 1/8           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                        | 95         | 0.40              | 0.40         | 9.30          | 45                             | 0,00           |
| <b>Итого</b>       |               |   | <b>480</b> | <b>11.90</b>      | <b>8.80</b>  | <b>72.30</b>  | <b>419</b>                     | <b>0,00</b>    |
| <b>Всего</b>       |               |   |            | <b>41.40</b>      | <b>44.00</b> | <b>207.70</b> | <b>1 299</b>                   | <b>0,00</b>    |