

Согласовано

Заведующий

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

Чурсина Л.Н./

МЕНЮ

31 октября 2024 г.

Ясли 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 № 56	56/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	6.50	8.80	3.50	139	0,00
ТТК № 22	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ)	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	73	0,00
Итого			350	11.00	12.10	27.40	284	0,00
II Завтрак								
ТТК № 73	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2.5%	150	4.40	3.80	6.30	77	0,00
Итого			150	4.40	3.80	6.30	77	0,00
Обед								
ТТК № 54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40	0.30	0.00	0.80	5	0,00
ТТК № 70	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.40	6.30	11.10	101	0,00
ТТК № 11	11/1	КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	60	6.40	6.80	8.70	131	0,00
ТТК № 109	109/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	4.00	4.90	31.80	137	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 № 48	48/1	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0.20	0.00	9.60	40	0,00
Итого			590	16.10	18.70	81.90	512	0,00
Полдник								
ТТК № 164	164/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКИ"	60	5.60	5.60	8.00	100	0,00
ТТК № 156	156/1	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	115	2.80	5.10	12.80	101	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 98	98/2	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1.00	0.10	24.50	104	0,00
ТТК № 19	19/1	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.80	5.40	12.40	102	0,00
Итого			395	11.50	16.40	67.00	451	0,00
Всего				43.00	51.00	182.60	1 324	0,00