

Согласовано

Заведующий

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

**МЕНЮ**

31 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>13.70</b>	<b>15.80</b>	<b>28.90</b>	<b>344</b>	<b>0.00</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТТК № 73	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.20	4.50	7.60	92	0.00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5.20</b>	<b>4.50</b>	<b>7.60</b>	<b>92</b>	<b>0.00</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>20.10</b>	<b>23.20</b>	<b>89.30</b>	<b>628</b>	<b>0.00</b>
<b>Полдник</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>15.50</b>	<b>14.80</b>	<b>78.20</b>	<b>521</b>	<b>0.00</b>
<b>Всего</b>				<b>54.50</b>	<b>58.30</b>	<b>204.00</b>	<b>1 585</b>	<b>0.00</b>