

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №49 комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга

/Ермолова Л.В./

**МЕНЮ**

3 марта 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
ТТК № 154	154/1	ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ	150	4.40	8.10	11.80	164	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
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>8.00</b>	<b>10.30</b>	<b>34.20</b>	<b>291</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТТК № 113	113/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150	0.80	0.20	15.20	69	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0.80</b>	<b>0.20</b>	<b>15.20</b>	<b>69</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0.00	0.00	0.80	10	0,96
ТТК № 12	12/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.20	6.30	8.60	105	0,00
ТТК № 87	87/1	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	6.60	4.80	3.20	92	0,00
ТТК № 149	149/1	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	120	1.70	7.10	19.50	131	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 № 50	50/1	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.50	0.20	13.90	69	0,00
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>13.80</b>	<b>19.10</b>	<b>65.90</b>	<b>505</b>	<b>0,96</b>
<b>Полдник</b>								
ТТК № 124	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	9.80	13.70	16.30	218	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 93	93/3	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	6.20	25	0,00
ТТК № 145	145/1	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	2.60	2.40	23.40	126	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>13.80</b>	<b>16.30</b>	<b>55.20</b>	<b>413</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>36.40</b>	<b>45.90</b>	<b>170.50</b>	<b>1 278</b>	<b>0,96</b>

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №49 комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга  
/Ермолова Л.В./

**МЕНЮ**

3 марта 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
ТТК № 33	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.40	5.60	20.80	133	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 28	28/1	ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	0.20	0.00	26.30	105	0,00
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.80	74	0,00
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>9.20</b>	<b>7.80</b>	<b>69.50</b>	<b>366</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТТК № 113	113/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180	0.90	0.20	18.20	83	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0.90</b>	<b>0.20</b>	<b>18.20</b>	<b>83</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0.00	0.00	1.20	16	1,44
ТТК № 12	12/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2.60	7.50	10.80	122	0,00
ТТК № 87	87/1	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	8.80	6.40	4.30	122	0,00
ТТК № 149	149/1	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	140	2.00	8.30	22.70	153	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 № 50	50/1	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.60	0.30	16.70	83	0,00
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>17.50</b>	<b>23.30</b>	<b>80.20</b>	<b>616</b>	<b>1,44</b>
<b>Полдник</b>								
ТТК № 124	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	12.20	19.20	20.40	273	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 № 93	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	6.20	25	0,00
ТТК № 145	145/1	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3.20	3.00	29.20	157	0,00
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>18.30</b>	<b>22.90</b>	<b>75.70</b>	<b>553</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>45.90</b>	<b>54.20</b>	<b>243.60</b>	<b>1 618</b>	<b>1,44</b>



Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №49 комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга  
/Ермолова Л.В./

**МЕНЮ**

3 марта 2025 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
ТТК № 33	33/3	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6.00	5.80	23.10	146	0,00
ТТК № 13	13/2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.60	0.50	24.90	108	0,00
ТТК № 44	44/2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2.70	1.90	15.80	98	0,00
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>10.30</b>	<b>8.20</b>	<b>63.80</b>	<b>352</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТТК № 113	113/6	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0.90	0.00	22.90	99	7,20
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0.90</b>	<b>0.00</b>	<b>22.90</b>	<b>99</b>	<b>7,20</b>
<b>Обед</b>								
К/К	К/К	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0.00	0.00	1.20	16	1,44
ТТК № 12	12/2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2.60	7.50	10.80	122	0,00
ТТК № 87	87/2	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	8.80	6.40	4.30	122	0,00
ТТК № 149	149/2	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	140	2.00	8.30	22.70	153	0,00
ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 41	41/2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.60	0.00	17.20	70	0,00
<b>Итого</b>			<b>720</b>	<b>18.10</b>	<b>23.10</b>	<b>85.30</b>	<b>625</b>	<b>1,44</b>
<b>Полдник</b>								
ТТК № 63	63/2	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый (С ПОВИДЛОМ)	50	2.80	2.70	30.50	157	0,00
ТТК № 102	102/1	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ М.Д.Ж. 2,5%	200	6.10	5.30	10.10	113	0,00
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>8.90</b>	<b>8.00</b>	<b>40.60</b>	<b>270</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>38.20</b>	<b>39.30</b>	<b>212.60</b>	<b>1 346</b>	<b>8,64</b>

\_\_\_\_\_