

Согласовано

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

## МЕНЮ

6 марта 2025 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 № 56	56/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	6.50	8.80	3.50	139	0,00
ТТК № 22	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ)	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
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>11.00</b>	<b>12.10</b>	<b>27.40</b>	<b>284</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТТК № 73	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.30	77	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4.40</b>	<b>3.80</b>	<b>6.30</b>	<b>77</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>16.10</b>	<b>18.70</b>	<b>81.90</b>	<b>512</b>	<b>0,00</b>
<b>Полдник</b>								
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	120	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
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>11.50</b>	<b>16.40</b>	<b>67.00</b>	<b>451</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>43.00</b>	<b>51.00</b>	<b>182.60</b>	<b>1 324</b>	<b>0,00</b>

\_\_\_\_\_

*Л.В. Ермолова*

\_\_\_\_\_

Согласовано

Заведующий

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

**МЕНЮ**

6 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 № 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 - "ЕЖИКИ"	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>

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_



Согласовано

Заведующий

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

**МЕНЮ**

6 марта 2025 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ 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 № 58	58/1	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	170	7.50	10.20	8.30	177	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 № 97	97/2	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.00	2.50	15.20	99	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>12.90</b>	<b>14.30</b>	<b>35.60</b>	<b>348</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТТК № 113	113/5	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1.00	0.20	20.20	92	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1.00</b>	<b>0.20</b>	<b>20.20</b>	<b>92</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
ТТК 185	185/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0.40	5.10	1.40	56	0,00
ТТК № 70	70/2	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2.80	7.60	13.50	119	0,00
ТТК № 11	11/3	КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	75	8.00	8.50	10.80	164	0,00
ТТК № 109	109/2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	4.60	5.70	37.10	159	0,00
ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88	0,00
ТТК № 49	49/1	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0.10	0.00	10.40	45	0,00
<b>Итого</b>			<b>695</b>	<b>18.50</b>	<b>27.30</b>	<b>91.70</b>	<b>631</b>	<b>0,00</b>
<b>Полдник</b>								
ТТК № 117	117/1	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4.00	7.80	25.90	180	0,00
ТТК № 361	361/1	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	180	0.30	0.20	13.70	60	0,00
ТТК № 1	1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.90	0.20	8.10	43	60,00
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>5.20</b>	<b>8.20</b>	<b>47.70</b>	<b>283</b>	<b>60,00</b>
<b>Всего</b>				<b>37.60</b>	<b>50.00</b>	<b>195.20</b>	<b>1 354</b>	<b>60,00</b>

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_