

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 11 Пушкинского района СПб
/Киреева Т. Е./**МЕНЮ**
16 декабря 2025 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,46	2,32	3,05	38,74	2,21
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,39	20,20	2,80	254,70	0,22
	TK№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,69	3,05	11,83	90,63	0,58
Итого			410	23,78	29,67	24,68	446,07	3,01
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	TK№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	25	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,42	16,05	11,04	234,26	0,47
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,40	5,60	15,60	121,80	6,60
	TK№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,36	0,16	8,48	40,80	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,90	15,48	79,20	0,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,40	7,09	10,50	126,04	5,37
Итого			690	22,73	29,93	70,00	716,10	17,44
Полдник								
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,36	0,16	8,48	40,80	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,53	2,10	11,74	83,22	6,38
	TK№018	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			540	11,28	10,43	77,26	451,76	7,46
Всего				58,39	70,53	187,44	1 684,43	30,91