

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга Новаторов 42

_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

16 октября 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		
Завтрак								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,89	4,73	12,81	101,51	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	130	4,04	4,23	20,84	138,62	0,34
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	2,00	0,19	18,54	83,18	0,00
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,34	2,76	13,97	97,14	0,53
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	26,00	0,00
Итого			345	9,27	11,72	47,62	337,27	0,87
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	139	4,04	3,48	5,58	76,66	0,98
Итого			139	4,04	3,48	5,58	76,66	0,98
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	30	0,47	4,33	3,59	55,22	2,05
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,69	3,58	8,46	81,37	7,67
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	150/10	3,78	1,97	8,15	66,49	13,29
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	65	8,42	4,89	5,81	101,54	0,28
2012	269	РЫБА ОТВАРНАЯ (аллергики)	65	6,96	5,11	0,00	73,62	0,18
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	100	1,97	2,10	10,51	69,59	7,39
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ) (аллергики)	130	3,19	0,35	26,91	124,64	8,80
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	148	0,74	0,00	18,85	81,61	5,94
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,20	0,00	5,30	24,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			551	17,09	15,70	66,02	482,53	23,33
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И ДЖЕМА	125	23,19	15,04	31,76	360,45	2,70
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (аллергики)	130	3,03	5,65	18,55	136,90	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	184	5,61	4,88	9,28	103,54	2,75
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	5,20	24,00	0,00
2008		ЯБЛОКО	74	0,30	0,30	7,28	34,90	7,43
Итого			383	29,10	20,22	48,32	498,89	12,88
Всего				59,50	51,12	167,54	1 395,35	38,06