

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

ГБДОУ "Детский сад № 21" Кировского района Санкт-Петербурга Новаторов 12

_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

16 октября 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,85	4,72	12,50	99,92	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,16	6,43	29,27	201,56	0,58
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,05	2,51	13,53	91,65	0,47
Итого			390	11,06	13,66	55,30	393,13	1,05
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	167	2,97	1,65	6,93	89,60	0,22
Итого			167	2,97	1,65	6,93	89,60	0,22
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	55	0,92	8,86	7,19	112,38	4,15
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,18	5,73	10,40	117,07	7,92
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	9,15	5,19	6,31	109,30	0,30
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	150	2,67	6,88	14,32	131,12	10,09
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	179	0,90	0,18	18,09	77,01	3,58
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,87	0,25	11,95	57,48	0,00
2008		БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
Итого			737	22,32	28,11	86,25	696,06	26,04
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И ДЖЕМА	155/13	31,14	20,34	34,17	453,87	2,55
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	201	5,93	5,11	9,82	114,47	1,10
2008		ГРУША	80	0,32	0,24	8,26	37,70	4,01
2008		ПРЯНИКИ	29	1,74	1,38	22,06	107,65	0,00
Итого			478	39,13	27,07	74,31	713,69	7,66
Всего				75,48	70,49	222,79	1 892,48	34,97