

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

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

_____/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	1,85	4,72	12,50	99,92	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	130	3,98	4,07	20,05	133,83	0,34
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	2,00	3,42	16,93	105,79	0,00
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,38	2,78	13,67	96,27	0,52
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	26,00	0,00
Итого			340	9,21	11,57	46,22	330,02	0,86
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	152	4,40	3,79	6,07	83,42	1,06
Итого			152	4,40	3,79	6,07	83,42	1,06
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	30	0,46	4,53	3,60	57,04	2,10
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,61	3,68	8,26	81,31	7,35
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	150/10	1,75	0,22	8,15	42,05	13,20
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	65	8,54	5,01	5,68	102,55	0,28
2012	269	РЫБА ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	6,42	0,24	0,00	27,71	0,16
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-й ВАРИАНТ)	100	1,88	1,85	9,92	64,44	7,20
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,75	0,00	19,05	82,50	6,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			549	17,04	15,87	65,31	481,04	22,93
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И ДЖЕМА	125	23,67	15,05	28,52	350,21	2,07
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	1,21	0,32	15,16	68,29	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,50	4,78	9,10	101,51	2,70
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	5,20	24,00	0,00
2008		ГРУША	77	0,31	0,23	7,88	35,96	3,83
Итого			382	29,48	20,06	45,50	487,68	8,60
Всего				60,13	51,29	163,10	1 382,16	33,45