

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

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

_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

17 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	6,20	6,21	12,88	135,38	0,05
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	6,71	9,14	29,29	230,90	0,89
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (АЛЛЕРГИКИ)	180	1,78	0,36	18,71	85,13	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,08	2,47	16,60	103,69	0,53
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ)	180	0,04	0,00	5,89	26,10	0,00
Итого			395	15,99	17,82	58,77	469,97	1,47
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,10	5,60	90,05	0,90
Итого			125	3,50	3,10	5,60	90,05	0,90
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	53	0,42	0,05	1,32	7,41	5,30
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	4,25	5,61	13,98	131,16	5,66
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ (аллергии)	200/10/10	2,95	5,58	10,55	105,17	5,40
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	14,92	15,02	22,90	286,66	11,05
2013	210	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергии)	155	13,02	18,12	23,24	308,19	11,74
2008	439	НАПИТОК КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,54	38,11	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,25	0,30	14,41	69,35	0,00
2008		БАТОН	36	2,68	1,04	18,38	93,69	0,00
Итого			673	24,52	22,02	80,53	626,38	22,01
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,54	0,10	1,88	11,88	12,38
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	155	8,17	12,78	33,61	283,13	0,13
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	150	5,34	7,09	34,19	222,07	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	47,00	188,00	3,00
2008		БАТОН	21	1,55	0,60	10,62	54,15	0,00
2008		БАНАН	81	1,22	0,41	17,10	78,19	8,14
Итого			487	11,48	13,89	110,21	615,35	23,65
Всего				55,49	56,83	255,11	1 801,75	48,03