

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

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

_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

17 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,93	3,77	9,35	89,00	0,03
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	130	4,29	5,95	18,05	145,77	0,57
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (АЛЛЕРГИКИ) (аллергики)	130	1,19	3,47	12,46	85,78	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,01	2,43	14,43	94,33	0,52
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,20	26,00	0,00
Итого			340	11,23	12,15	41,83	329,10	1,12
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,75	4,21	3,01
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10	3,57	6,78	11,02	126,26	4,37
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики)	150/10	3,28	5,13	10,00	99,50	4,02
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	12,65	14,14	21,29	263,06	10,33
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергики)	135	11,10	12,19	23,22	246,89	10,24
2008	439	НАПИТОК КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,66	30,64	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			520	19,26	21,75	59,52	517,37	17,71
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	28	0,31	0,06	1,08	6,83	7,12
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	100	5,24	13,19	20,77	223,48	0,08
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	100	3,56	3,65	22,80	138,35	0,00
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,75	0,00	19,05	82,50	6,00
2008		БАТОН	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,76	67,48	7,03
Итого			369	8,85	14,20	65,96	432,69	20,23
Всего				42,84	51,23	172,95	1 349,80	39,94