

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ

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

_____/Петрова Т.О./

МЕНЮ

1 сентября 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								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	1,85	3,27	23,54	129,60	6,54
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	7,74	7,33	35,04	240,12	0,60
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	4,50	4,30	22,00	178,30	0,30
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,00	2,51	13,29	90,44	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
Итого			405	12,59	13,11	71,87	460,16	7,64
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		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	46	0,51	0,09	1,77	11,16	11,62
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	6,48	5,72	12,54	127,65	4,41
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (АЛЛЕРГИКИ)	200	5,47	3,94	8,97	93,32	4,54
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	11,40	4,20	2,00	114,60	0,20
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ (аллергии)	70	14,11	0,52	0,41	84,05	0,52
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,33	3,46	20,71	128,74	9,52
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (аллергии)	150	2,62	0,52	21,34	100,83	10,80
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	183	0,55	0,00	30,25	124,67	11,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,17	0,29	13,89	66,85	0,00
2008		БАТОН	37	2,74	1,06	18,79	95,78	0,00
Итого			730	27,18	14,82	99,95	669,45	36,75
Полдник								
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	50	9,19	7,68	5,25	136,15	0,51
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (аллергии)	50	9,01	7,52	5,05	123,55	0,50
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	4,92	3,07	31,41	173,16	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,46	0,19	9,33	44,87	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,21	0,00	9,02	36,90	0,04
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	5,71	5,57	32,36	202,71	7,82
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,75	46,78	9,95
Итого			522	21,89	16,91	97,12	640,57	18,32
Всего				65,16	47,94	274,54	1 860,23	63,61