

Утверждаю

И.о.заведующего ГБДОУ

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

_____/Бритва О. А/

МЕНЮ

9 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								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И ДЖЕМА	155/10	30,26	18,55	34,65	433,19	3,01
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (АЛЛЕРГИКИ) (аллергики)	150	3,87	0,91	28,51	137,67	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	2,21	1,68	12,58	76,04	0,42
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2008		БАТОН	25	1,90	0,74	13,03	66,44	0,00
Итого			370	34,37	20,97	60,26	575,67	3,43
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	172	4,98	4,29	7,22	92,76	0,52
Итого			172	4,98	4,29	7,22	92,76	0,52
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	59	0,64	0,12	2,23	14,06	14,65
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/15/10	5,87	6,66	4,01	104,26	5,26
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/15/8	4,46	3,19	3,32	60,73	4,84
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	55	10,50	8,37	5,69	157,83	0,51
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (аллергики)	50	10,00	8,22	5,54	135,63	0,00
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	130	2,41	7,75	12,38	129,97	9,49
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ) (аллергики)	140	1,89	5,12	14,00	110,14	11,85
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	196	0,59	0,00	32,41	133,57	11,79
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,10	0,28	13,42	64,59	0,00
2008		БАТОН	36	2,68	1,04	18,36	93,57	0,00
Итого			733	24,79	24,22	88,50	697,85	41,70
Полдник								
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	190/30	10,73	10,54	8,36	173,00	8,25
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,30	0,00	32,80	97,30	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,39	0,19	8,92	42,94	0,00
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	70	5,85	4,69	33,23	198,63	7,59
2008		БАНАН	99	1,49	0,50	20,84	95,27	9,92
Итого			590	19,76	15,92	104,15	607,14	25,76
Всего				83,90	65,40	260,13	1 973,42	71,41