

Утверждаю

И.о.заведующего ГБДОУ

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

_____/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	140/10	27,82	17,62	29,88	395,63	2,54
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,83	1,43	11,05	65,90	0,34
2008		БАТОН	23	1,69	0,65	11,58	59,05	0,00
Итого			353	31,34	19,70	52,51	520,58	2,88
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	151	2,97	1,65	6,93	91,80	0,22
Итого			151	2,97	1,65	6,93	91,80	0,22
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	46	0,51	0,09	1,75	11,08	11,54
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/15/10	5,32	6,20	3,62	95,56	4,03
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	50	9,57	7,63	5,18	143,77	0,46
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	125	2,22	7,25	11,67	121,80	8,29
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	164	0,49	0,00	27,09	111,64	9,85
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	31	2,35	0,91	16,11	82,12	0,00
Итого			671	22,45	22,34	78,14	627,16	34,17
Полдник								
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	145/30	8,53	10,24	6,81	154,70	6,53
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,30	0,00	32,80	97,30	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	65	5,36	4,76	30,30	185,33	7,15
2008		БАНАН	74	1,11	0,37	15,55	71,10	7,41
Итого			514	16,62	15,55	93,94	549,22	21,09
Всего				73,38	59,24	231,52	1 788,76	58,36