

Государственное бюджетное
дошкольное
образовательное учреждение
детский сад №1
Питерского района Санкт-Петербурга

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №1
/Мартынюк А.В./

МЕНЮ

4 марта 2026 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,33	2,97	16,50	96,81	1,81
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,57
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	97	0,93	0,23	8,71	44,15	36,79
Итого			477	10,54	11,98	52,99	361,02	39,69
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	202	2,83	5,05	13,27	90,97	0,61
Итого			202	2,83	5,05	13,27	90,97	0,61
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	3,33	3,52	5,71	67,85	2,88
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	2,06	4,18	21,00	141,30	4,27
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	7,32	9,53	18,76	184,35	0,54
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	145	2,86	2,18	11,72	79,03	10,20
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			691	19,06	20,41	92,56	638,19	18,05
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,95	2,06	8,76	61,35	1,00
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	195	12,15	14,70	29,38	307,08	0,39
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	173	0,87	0,17	17,51	74,53	3,47
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			438	16,47	17,51	65,93	495,36	4,86
Всего				48,90	54,95	224,75	1 585,54	63,21