ГБДОУ детский сад №1

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

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,21	2,71	15,06	88,35	1,65
2024	ТК № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,68	4,07	10,57	119,00	0,50
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,52
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	94	2,63	2,35	4,24	53,14	0,66
Итого			**474**	**9,69**	**11,61**	**42,89**	**315,74**	**3,33**
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	202	2,82	5,05	13,20	91,67	1,11
Итого			**202**	**2,82**	**5,05**	**13,20**	**91,67**	**1,11**
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,54	3,02	1,71	37,16	13,18
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	4,05	4,57	11,09	101,85	3,57
2024	ТК № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	205	10,35	10,11	39,69	281,90	18,51
2024	ТК № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,66	0,27	19,05	93,80	0,32
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,13	6,42	30,90	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,14	0,44	7,79	39,69	0,00
Итого			**666**	**17,74**	**18,54**	**85,75**	**585,30**	**35,58**
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	8,31	8,79	17,41	199,76	0,19
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	145	3,18	5,43	18,32	135,22	8,40
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	186	1,67	0,19	17,61	74,13	11,12
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,13	6,42	30,90	0,00
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	21	1,58	2,06	15,62	87,57	0,00
Итого			**437**	**15,74**	**16,60**	**75,38**	**527,58**	**19,71**
Всего				**45,99**	**51,80**	**217,22**	**1 520,29**	**59,73**