ГБДОУ детский сад №1

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 1261 Петродворцового района Санкт-Петербурга

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,64	8,69	10,93	128,57	0,00
2024	ТК № 17	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	195	16,93	20,05	6,03	273,25	49,57
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	95	0,86	0,19	7,70	40,87	57,02
Итого			**520**	**19,63**	**28,94**	**32,88**	**477,60**	**107,74**
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	197	2,91	4,95	12,92	89,44	1,39
Итого			**197**	**2,91**	**4,95**	**12,92**	**89,44**	**1,39**
Обед								
2024	ТК № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	50	0,51	2,52	1,77	32,37	20,77
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15/5	1,97	3,96	19,65	98,02	7,22
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70/25	11,31	10,18	9,21	176,76	0,45
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,35	4,98	33,26	206,99	0,00
2024	ТК № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,41	0,07	6,78	27,09	0,09
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			**695**	**24,37**	**22,47**	**89,43**	**634,42**	**28,53**
Полдник								
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	10,22	9,66	2,46	137,65	0,46
2008	337	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	135	0,95	2,46	7,27	55,77	10,34
2024	ТК № 59	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	187	0,00	0,00	19,25	77,00	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,90	1,97	34,20	178,07	0,13
Итого			**472**	**18,39**	**14,27**	**71,66**	**489,28**	**10,93**
Всего				**65,30**	**70,63**	**206,89**	**1 690,74**	**148,59**