Утверждаю

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

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

# МЕНЮ

**26 марта 2026 г.**

## Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| 2024 | 59 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 20 | 1,80 | 1,83 | 7,33 | 41,93 | 0,04 |
| 2024 | 27 | КАША "ДРУЖБА" | 130 | 3,08 | 5,71 | 21,09 | 141,70 | 1,50 |
| 2024 | 23 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 2,74 | 2,29 | 11,00 | 76,17 | 0,51 |
| 2024 | 34 | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ | 97 | 2,71 | 2,42 | 4,36 | 54,63 | 0,68 |
| **Итого** | | | **397** | **10,33** | **12,25** | **43,78** | **314,43** | **2,73** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ | 153 | 0,77 | 0,15 | 15,49 | 65,93 | 3,07 |
| **Итого** | | | **153** | **0,77** | **0,15** | **15,49** | **65,93** | **3,07** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| 2024 | 21 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ | 40 | 0,32 | 0,04 | 0,68 | 5,20 | 2,00 |
| 2024 | 28 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/5 | 3,21 | 5,26 | 7,91 | 88,39 | 6,01 |
| 2024 | 60 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 155 | 5,54 | 5,94 | 10,43 | 207,65 | 7,91 |
| 2024 | 52 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,77 | 0,05 | 18,45 | 77,85 | 0,24 |
| 2024 | 46 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| 2024 | 10 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 0,69 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| **Итого** | | | **545** | **12,03** | **12,00** | **54,11** | **462,08** | **16,16** |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| 2024 | 56 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 28 | 0,32 | 0,06 | 1,11 | 6,98 | 7,28 |
| 2012 | 289 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | 60 | 9,59 | 9,45 | 6,43 | 148,95 | 0,06 |
| 2011 | 205 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 110 | 3,18 | 6,48 | 19,52 | 109,89 | 1,57 |
| 2024 | 16 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150/7/4 | 0,13 | 0,00 | 7,08 | 29,50 | 0,66 |
| 2014 | 249 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 50 | 3,60 | 3,15 | 21,23 | 121,83 | 0,04 |
| 2024 | 10 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 0,69 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| **Итого** | | | **424** | **17,51** | **19,27** | **61,73** | **447,74** | **9,61** |
| **Всего** | | | | **40,64** | **43,67** | **175,11** | **1 290,18** | **31,57** |