Утверждаю

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

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

МЕНЮ

19 мая 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	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	0,96	0,41	10,24	39,19	1,…
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89	0,84
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,39
2012	368	ГРУША	87	0,35	0,26	8,91	40,63	4,32
Итого			**387**	**4,78**	**8,20**	**48,56**	**286,10**	**7,37**
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170	3,70	4,25	6,60	73,50	1,19
Итого			**170**	**3,70**	**4,25**	**6,60**	**73,50**	**1,19**
Обед								
2024	11	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	25	1,39	3,68	1,86	37,71	0,91
2024	25	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,91	4,45	12,93	107,53	5,…
2024	12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	140	8,12	6,06	12,82	164,43	13,…
2024	13	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	15,74	76,15	60,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,97	0,43	7,72	39,30	0,00
Итого			**506**	**15,57**	**14,95**	**57,43**	**455,71**	**79,83**
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,46	2,23	0,14	30,43	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	145	13,31	11,94	11,28	210,43	14,18
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,…
Итого			**455**	**21,08**	**17,43**	**41,66**	**418,74**	**14,…**
Всего				**45,13**	**44,83**	**154,25**	**1 234,05**	**103,29**