

Утверждаю

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

Государственное бюджетное  
дошкольное  
образовательное учреждение  
детский сад №1

Приморского района Санкт-Петербурга

# МЕНЮ

11 июня 2026 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                      | Выход     | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------|-----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                         |           | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                         |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                       | 35        | 4,35              | 4,02    | 11,72            | 101,23                                   | 0,08                  |
| 2024                          | ТК № 54             | КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ                                   | 150       | 2,89              | 5,08    | 20,80            | 139,43                                   | 2,00                  |
| 2024                          | ТК № 23             | КАКАО С МОЛОКОМ                                         | 195       | 4,07              | 3,36    | 12,23            | 93,11                                    | 0,63                  |
| 2024                          | ТК № 32             | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                                           | 126       | 0,51              | 0,51    | 12,40            | 59,47                                    | 5,06                  |
| Итого                         |                     |                                                         | 506       | 11,82             | 12,97   | 57,15            | 393,24                                   | 7,77                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                         |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | ТК № 49             | РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ                                  | 202       | 2,83              | 5,05    | 13,27            | 90,97                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                         | 202       | 2,83              | 5,05    | 13,27            | 90,97                                    | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                         |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | ТК № 55             | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ                                 | 55        | 3,39              | 6,77    | 3,79             | 90,24                                    | 1,89                  |
| 2024                          | ТК № 56             | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА | 180/10/10 | 2,43              | 5,22    | 1,92             | 110,67                                   | 6,10                  |
| 2024                          | ТК № 57             | КОТЛЕТА РЫБНАЯ<br>ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ                          | 80        | 7,29              | 5,84    | 11,79            | 91,00                                    | 0,83                  |
| 2012                          | 383                 | КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ                                       | 205       | 0,09              | 0,06    | 31,27            | 123,34                                   | 0,18                  |
| 2024                          | ТК № 37             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 35        | 2,31              | 0,30    | 14,76            | 70,98                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 21             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 32        | 2,36              | 0,91    | 16,19            | 82,53                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 175                 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ<br>ПОД СОУСОМ               | 150       | 3,40              | 8,21    | 4,29             | 105,45                                   | 37,77                 |
| Итого                         |                     |                                                         | 757       | 21,27             | 27,31   | 84,01            | 674,21                                   | 46,77                 |
| Полдник                       |                     |                                                         |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                            | 40        | 4,93              | 4,46    | 0,27             | 60,92                                    | 1,00                  |
| 2024                          | ТК № 58             | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                         | 215       | 15,09             | 16,61   | 12,61            | 261,19                                   | 1,00                  |
| 2024                          | ТК № 59             | СОК В АССОРТИМЕНТЕ                                      | 180       | 0,87              | 0,17    | 17,62            | 74,98                                    | 0,00                  |
| 2024                          | ТК № 20             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 23        | 1,52              | 0,21    | 9,75             | 46,91                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 451                 | ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ                                       | 70        | 4,22              | 4,03    | 34,17            | 187,95                                   | 2,50                  |
| Итого                         |                     |                                                         | 528       | 26,63             | 25,48   | 74,42            | 631,95                                   | 23,81                 |
| Всего                         |                     |                                                         |           | 62,55             | 70,81   | 228,85           | 1 790,37                                 | 78,96                 |