

Утверждаю

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

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

МЕНЮ
1 июля 2026 г.
аллергики САД

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мины, С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,80	0,70	12,34	62,88	0,00
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	1,21	2,11	16,66	90,48	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	6,77	27,63	0,03
2012	368	ГРУША	216	0,86	0,66	22,26	101,53	10,80
Итого			590	4,03	3,47	58,03	282,52	10,83
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Обед								
2024	ТК № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	50	0,56	2,76	1,94	35,85	22,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15	5,43	9,61	5,51	130,61	7,99
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	70	10,54	8,67	5,32	141,30	0,17
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,54	4,14	29,61	181,53	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	26	1,72	0,23	11,02	53,03	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			681	27,45	26,35	75,60	647,51	30,93
Полдник								
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	8,32	8,80	2,36	121,80	0,38
2008	337	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ)	110	0,80	2,34	6,09	49,22	8,00
2024	ТК № 59	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	184	0,92	0,18	18,58	79,12	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,58	0,22	10,18	48,95	0,00
2008	477	БУЛОЧКА	50	4,27	0,52	27,13	130,04	0,00
Итого			428	15,89	12,06	64,34	429,13	12,25
Всего				48,37	42,08	218,17	1 445,16	58,01