

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №1

/Мартынюк/

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

МЕНЮ
15 июля 2026 г.

аллергики САД

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,87	0,73	12,80	65,24	0,00
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	1,23	1,79	17,87	92,52	0,00
	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	6,77	27,63	0,03
	368	ГРУША	84	0,34	0,26	8,64	39,40	4,18
Итого			459	3,60	2,78	46,08	224,79	
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	205	1,03	0,21	20,71	88,15	4,10
Итого			205	1,03	0,21	20,71	88,15	4,10
Обед								
2024	ТК № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	50	0,49	2,40	1,68	30,78	19,75
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15	4,49	8,02	4,53	108,42	6,58
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	60	8,76	7,22	4,37	117,48	0,11
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,44	3,05	24,68	147,63	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	30	2,25	0,87	15,42	78,60	
Итого			665	23,16	21,81	65,94	550,79	2,30
Полдник								
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65	8,50	8,64	2,25	120,76	0,42
2008	337	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ)	115	0,83	2,04	6,41	48,01	8,62
2024	ТК № 59	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	163	0,82	0,16	16,50	70,23	3,27
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	477	БУЛОЧКА	55	4,45	0,54	28,26	135,48	0,00
Итого			418	15,92	11,56	61,90	415,27	12,31
Всего				43,71	36,36	194,63	1 279,00	47,16