

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №1

/Мартынюк А.В./

Государственное бюджетное
дошкольное
образовательное учреждение
детский сад №1

Приморского района Санкт-Петербурга

МЕНЮ

15 июля 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность ккал	В У С
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,75	9,30	11,69	137,59	0,00
2024	ТК № 17	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	235	11,20	4,17	39,47	235,73	59,93
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	104	0,93	0,21	8,41	44,63	62,27
Итого			569	14,08	13,69	67,79	452,86	123,35
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	216	3,18	5,40	14,09	97,57	1,51
Итого			216	3,18	5,40	14,09	97,57	1,51
Обед								
2024	ТК № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	50	0,56	2,73	1,92	35,02	22,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15/5	1,97	3,96	19,65	98,02	7,22
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	75/25	11,99	10,67	9,38	184,44	0,48
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,35	4,98	33,26	206,99	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	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			700	25,10	23,17	89,75	644,75	30,26
Полдник								
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	10,91	10,24	2,53	146,03	0,00
2008	337	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	145	1,03	2,65	7,85	60,27	0,00
2024	ТК № 59	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	188	0,00	0,00	19,25	77,00	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	65	6,04	1,99	34,71	180,69	0,14
Итого			493	19,30	15,06	72,82	504,78	11,81
Всего				61,66	57,32	244,45	1 699,96	166,93