

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

## МЕНЮ

8 сентября 2026 г.

### Ясли 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                       |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 7                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                                        | 15       | 0,87              | 0,37    | 9,23             | 35,32                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 8                   | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                      | 130      | 2,07              | 5,71    | 17,58            | 145,86                                   | 0,00                  |
| 2024                          | 9                   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                                | 150      | 1,40              | 1,82    | 11,83            | 60,39                                    | 0,39                  |
| 2012                          | 368                 | ГРУША                                                                     | 74       | 0,29              | 0,22    | 7,55             | 34,42                                    | 3,66                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 369      | 4,63              | 8,12    | 46,19            | 276,02                                   | 6,53                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ                                                      | 159      | 3,44              | 3,95    | 6,14             | 68,36                                    | 1,11                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 159      | 3,44              | 3,95    | 6,14             | 68,36                                    | 1,11                  |
| Обед                          |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 11                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С<br>РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ                           | 25       | 1,24              | 3,29    | 1,66             | 33,64                                    | 0,81                  |
| 2024                          | 25                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ,<br>ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 3,83              | 4,23    | 11,45            | 99,27                                    | 4,80                  |
| 2024                          | 12                  | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                                               | 130      | 7,54              | 5,63    | 11,91            | 152,75                                   | 12,00                 |
| 2024                          | 13                  | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА                                            | 150      | 0,49              | 0,20    | 15,74            | 76,15                                    | 8,00                  |
| 2024                          | 10                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 15       | 0,70              | 0,13    | 6,49             | 31,20                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 17                  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                         | 15       | 0,99              | 0,44    | 7,87             | 40,09                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 496      | 14,79             | 13,92   | 55,12            | 433,10                                   | 78,47                 |
| Полдник                       |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                                              | 19       | 2,34              | 2,12    | 0,13             | 28,92                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 14                  | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                                           | 135      | 11,85             | 10,58   | 9,80             | 185,84                                   | 12,67                 |
| 2024                          | 2                   | ЧАЙ С САХАРОМ                                                             | 150      | 0,09              | 0,00    | 6,96             | 28,18                                    | 0,02                  |
| 2024                          | 34                  | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ                        | 100      | 2,80              | 2,50    | 4,51             | 56,51                                    | 0,70                  |
| 2024                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 444      | 19,50             | 15,96   | 40,17            | 392,64                                   | 13,39                 |
| Всего                         |                     |                                                                           |          | 42,36             | 41,95   | 147,62           | 1 170,02                                 | 20,92                 |