

Согласовано

ГБДОУ ЦРР детский сад №66 Приморского района Санкт-Петербурга

Заведующий

Вишневская Л.П./

**МЕНЮ****14 января 2026 г.****Ясли 12 часов**

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	42	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	135	6,69	10,52	13,61	191,56	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2024	48	АПЕЛЬСИН	101	0,91	0,20	8,16	43,30	60,42
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,72	0,14	6,68	32,12	0,00
Итого			414	8,48	10,90	39,31	294,85	60,42
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	181	5,62	4,74	10,19	105,39	0,51
Итого			181	5,62	4,74	10,19	105,39	0,51
Обед								
2024	26	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,90	3,57	9,00	90,73	0,00
2012	288/356	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50/20	7,02	6,49	7,75	113,36	0,00
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	3,44	4,04	20,97	122,74	0,00
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,72	0,14	6,68	32,12	0,00
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,78	0,75	13,27	67,60	0,00
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	42	0,34	0,04	1,05	5,87	4,19
Итого			579	16,58	15,12	71,90	483,98	4,19
Полдник								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,42	3,70	16,46	109,04	8,01
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,00	19,05	82,50	6,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,72	0,14	6,68	32,12	0,00
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	5,71	2,75	23,46	121,38	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	40	1,92	1,71	20,40	115,07	0,00
Итого			376	11,52	8,30	86,05	460,11	14,01
Всего				42,20	39,06	207,45	1 344,33	79,13