

Согласовано



Заведующий
ГБДОУ ЦПР детский сад №66 Приморского района Санкт-Петербурга
/Вишневская Л.П./

МЕНЮ

12 января 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,07	0,00
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНОМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2012	368	БАНАН	92	1,39	0,47	15,47	77,79	0,00
Итого				404	6,11	6,80	59,88	291,77
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	171	3,74	4,29	6,67	74,24	0,00
Итого				171	3,74	4,29	6,67	74,24
Обед								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	20/20	2,08	3,43	1,61	50,96	0,00
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	4,52	6,41	13,73	119,90	5,20
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	50	5,69	9,32	9,36	116,28	0,00
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,08	13,01	53,58	0,83
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,68	0,13	6,30	30,28	0,00
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,05	3,60	10,69	101,14	0,00
Итого				555	16,41	23,55	64,99	524,54
Полдник								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	41	0,51	0,00	1,94	10,29	40,80
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	50	4,78	5,17	11,32	112,40	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	154	0,77	0,00	19,54	84,62	6,15
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,87	0,81	12,95	113,00	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,68	0,13	6,30	30,28	0,00
2012	333	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	1,55	2,74	8,67	66,12	7,83
Итого				445	10,16	8,85	60,72	416,71
Всего				36,42	43,49	192,26	1 307,26	60,81