



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 1 корпус 2 Невский район

/Коданева О.Г./

МЕНЮ
1
Сад 12 часов

| Сбор- ник реце- птур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая цен- ность, ккал | Вита- мин С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---|-----------|-------------------|------------|------------------|---|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский) | 30 | 3,82 | 3,53 | 10,28 | 88,80 | 0,00 |
| 2011 | 183 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, молоко стерил. 2,5% длит. хранения, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 150 | 5,79 | 9,13 | 29,05 | 221,39 | 0,39 |
| 2008 | 184 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое) | 150/5 | 6,62 | 6,91 | 26,18 | 193,70 | 0,97 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая) | 180 | 0,14 | 0,00 | 6,09 | 24,86 | 0,03 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая) | 180 | 0,19 | 0,10 | 14,58 | 58,31 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 1 | БАНАН СВЕЖИЙ (банан) | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96,00 | 10,02 |
| 2008 | | ЯБЛОКО (аллергики) (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,81 | 47,03 | 10,01 |
| Итого | | | 460 | 11,25 | 13,16 | 66,42 | 431,05 | 10,44 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 2 | ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности питьевой) | 200 | 5,60 | 5,00 | 9,02 | 113,02 | 1,40 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 200/15 | 0,21 | 0,11 | 16,00 | 63,98 | 0,00 |
| Итого | | | 200 | 5,60 | 5,00 | 9,02 | 113,02 | 1,40 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 40 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ (капуста квашеная, лук зеленый, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое) | 50 | 0,85 | 3,05 | 3,97 | 47,96 | 14,55 |
| 2024 | ТК № 3 | БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (филе грудки цыпленка замороженное, морковь, лук репчатый, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, петрушка свежая, яйца куриные (шт.)) | 170/10/20 | 4,96 | 0,67 | 9,54 | 126,15 | 0,00 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики) (картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная) | 200 | 2,88 | 2,29 | 15,36 | 93,60 | 9,60 |
| 2012 | 244 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ (вода питьевая, филе трески морож., в/к, морковь, лук репчатый, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое) | 70 | 5,85 | 11,38 | 2,60 | 75,73 | 0,00 |
| 2008 | 252 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) (говядина б/к (лопатка) замороженная, лук репчатый) | 70 | 17,50 | 11,76 | 0,00 | 177,80 | 0,00 |
| 2012 | 322 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко стерил. 2,5% длит. хранения, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 130 | 2,59 | 3,96 | 16,86 | 113,89 | 7,84 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики) (картофель, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое) | 130/5 | 2,70 | 4,70 | 17,68 | 122,80 | 4,35 |
| 2012 | 383 | КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ (варенье, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая) | 200 | 0,09 | 0,06 | 30,66 | 120,92 | 0,24 |
| 2024 | ТК № 4 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 35 | 2,32 | 0,31 | 14,84 | 71,39 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 5 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 | 0,00 |
| Итого | | | 710 | 18,54 | 20,16 | 91,32 | 621,54 | 22,63 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 6 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные, сметана 15% жирности) | 180 | 12,27 | 14,87 | 31,12 | 320,56 | 0,00 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики) (картофель, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое) | 140/5 | 2,90 | 5,05 | 19,00 | 131,95 | 4,68 |
| 2008 | 252 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) (говядина б/к (лопатка) замороженная, лук репчатый) | 40 | 10,00 | 6,72 | 0,00 | 101,60 | 0,00 |
| 2012 | 361 | СОУС КЛЮКВЕННЫЙ (клюква, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая) | 30 | 0,38 | 0,01 | 3,69 | 15,16 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК АБРИКОСОВЫЙ (соки фруктовые восстановленные в ассортименте) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 82,80 | 3,60 |
| 2008 | 438 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (яблоки, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 0,09 | 0,09 | 23,76 | 97,20 | 2,70 |
| 2024 | ТК № 7 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 40 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 104,80 | 0,00 |
| Итого | | | 430 | 16,55 | 16,04 | 73,55 | 523,32 | 3,60 |
| Всего | | | | 51,94 | 54,36 | 240,31 | 1 688,93 | 38,07 |

Повар

Ткаченко С.И.

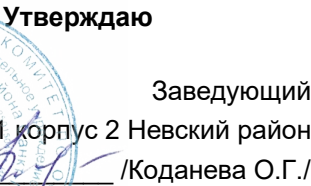
Сад 12 часов

Заведующий

/Коданева О.Г./

| Сбор- ник реце- птур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тичес- ная цен- ность, ккал | Вита- мин С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--|----------|-------------------|------------|------------------|---|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем стерилизованный в ассортименте, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 30 | 1,29 | 2,88 | 16,02 | 93,99 | 1,76 |
| 2024 | ТК № 8 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок) | 150 | 2,68 | 4,07 | 10,57 | 119,00 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики) (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое) | 150/5 | 6,05 | 7,71 | 25,09 | 194,28 | 0,98 |
| 2024 | ТК № 9 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 200 | 3,26 | 2,43 | 12,45 | 84,52 | 0,52 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая) | 200 | 0,21 | 0,11 | 16,20 | 64,78 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 10 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ (апельсин) | 98 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 | 60,00 |
| 2008 | | ГРУША (аллергики) (груша) | 94 | 0,38 | 0,28 | 9,70 | 44,27 | 4,71 |
| 2024 | ТК № 11 | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5% ЖИРНОСТИ (йогурт 2,5% жирности) | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,51 | 49,52 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая) | 100 | 0,11 | 0,05 | 8,10 | 32,41 | 0,00 |
| Итого | | | 578 | 10,93 | 12,08 | 51,65 | 390,03 | 62,28 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 200 | 2,79 | 5,00 | 13,07 | 90,76 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 200/15 | 0,21 | 0,11 | 16,00 | 63,98 | 0,00 |
| Итого | | | 200 | 2,79 | 5,00 | 13,07 | 90,76 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 23 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты свежие, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированое) | 50 | 0,55 | 3,08 | 1,74 | 37,91 | 0,00 |
| 2012 | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, филе грудки цыпленка замороженное, петрушка свежая, соль йодированная) | 190/10/1 | 4,33 | 5,09 | 11,44 | 108,96 | 3,65 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики) (картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная) | 200 | 2,88 | 2,29 | 15,36 | 93,60 | 9,60 |
| 2024 | ТК № 12 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (говяжья печень, замороженная, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная) | 220 | 11,12 | 10,86 | 42,63 | 302,79 | 0,00 |
| 2008 | 292 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики) (говядина б/к (лопатка) замороженная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое) | 50 | 7,30 | 7,40 | 3,80 | 113,00 | 0,00 |
| 2008 | 181 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое) | 150/5 | 3,73 | 5,24 | 39,69 | 221,14 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 13 | НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая) | 180 | 0,66 | 0,27 | 19,05 | 93,80 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая) | 180 | 0,19 | 0,10 | 14,58 | 58,31 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 14 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 15 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 15 | 1,13 | 0,44 | 7,71 | 39,30 | 0,00 |
| Итого | | | 681 | 18,78 | 19,87 | 88,93 | 613,35 | 3,65 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 269 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, филе трески мороз., в/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, яйца куриные (шт.)) | 70 | 8,57 | 9,06 | 17,95 | 205,94 | 0,20 |
| 2008 | 292 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики) (говядина б/к (лопатка) замороженная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое) | 70 | 10,22 | 10,36 | 5,32 | 158,20 | 0,00 |
| 2012 | 126 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 150 | 3,35 | 5,72 | 19,28 | 142,34 | 0,00 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С РАСТ. МАСЛОМ (аллергики) (картофель, масло подсолнечное рафинированое) | 150 | 2,88 | 0,58 | 22,77 | 108,10 | 20,70 |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ (соки фруктовые восстановленные в ассортименте) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 82,80 | 3,60 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая) | 180 | 0,19 | 0,10 | 14,58 | 58,31 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 14 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 16 | ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное в ассортименте) | 21 | 1,58 | 2,06 | 15,62 | 87,57 | 0,00 |
| Итого | | | 436 | 15,39 | 16,97 | 77,39 | 549,24 | 3,80 |
| Всего | | | | 47,89 | 53,92 | 231,04 | 1 643,38 | 69,73 |

Повар



3

| | | | | | |
|-------|-------|-------|--------|----------|-------|
| Bcero | 54,01 | 57,80 | 318,53 | 1 690,74 | 46,13 |
|-------|-------|-------|--------|----------|-------|



Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ № 1 корпус 2 Невский район
/Коданева О.Г./

МЕНЮ
4
Сад 12 часов

| Сбор-ник реце-птур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал | Вита- мин С, мг |
|-----------------------|---------------------|--|-----------|-------------------|------------|------------------|--|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем стерилизованный в ассортименте, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 30 | 1,29 | 2,88 | 16,02 | 93,99 | 1,76 |
| 2024 | ТК № 60 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ (крупа ячневая, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 150 | 3,77 | 4,20 | 21,64 | 139,49 | 0,00 |
| 2008 | 181 | КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа ячневая, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое) | 150 | 4,73 | 5,30 | 31,12 | 191,36 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 61 | ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 200 | 2,94 | 2,43 | 10,73 | 77,16 | 0,55 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая) | 200 | 0,21 | 0,11 | 16,20 | 64,78 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 11 | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ (йогурт 2,5% жирности) | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,51 | 49,52 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 100/15 | 0,11 | 0,06 | 8,56 | 34,23 | 0,00 |
| Итого | | | 480 | 10,80 | 12,01 | 52,90 | 360,16 | 2,31 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 200 | 2,79 | 5,00 | 13,07 | 90,76 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 200/15 | 0,21 | 0,11 | 16,00 | 63,98 | 0,00 |
| Итого | | | 200 | 2,79 | 5,00 | 13,07 | 90,76 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 62 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие) | 50 | 0,40 | 0,05 | 1,25 | 7,00 | 5,00 |
| 2008 | 80 | БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к (лопатка) замороженная, соль йодированная, петрушка свежая) | 175/15/10 | 2,18 | 7,86 | 16,65 | 137,85 | 0,00 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики) (капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая) | 200 | 2,24 | 3,28 | 6,08 | 64,00 | 17,60 |
| 2012 | 291 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (картофель, сухари панировочные, говядина б/к (лопатка) замороженная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лук репчатый) | 200 | 12,54 | 11,25 | 30,40 | 288,14 | 15,80 |
| 2008 | 292 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики) (говядина б/к (лопатка) замороженная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое) | 50 | 7,30 | 7,40 | 3,80 | 113,00 | 0,00 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С РАСТ. МАСЛОМ (аллергики) (картофель, масло подсолнечное рафинированое) | 150 | 2,88 | 0,58 | 22,77 | 108,10 | 20,70 |
| 2024 | ТК № 36 | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (сахар песок, клюква протертая с сахаром, вода питьевая) | 180 | 0,05 | 0,00 | 14,54 | 57,94 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180/15 | 0,19 | 0,10 | 14,51 | 58,04 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 37 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 21 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 690 | 19,41 | 20,29 | 90,98 | 630,72 | 20,80 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 63 | РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ (филе трески мороз., в/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), сухари панировочные, соль йодированная) | 70 | 6,01 | 3,54 | 15,88 | 131,18 | 0,00 |
| 2008 | 292 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики) (говядина б/к (лопатка) замороженная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое) | 70 | 10,22 | 10,36 | 5,32 | 158,20 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 64 | ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА) (картофель, морковь, капуста белокочанная, брюква, репа, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 130 | 2,18 | 7,32 | 11,20 | 120,39 | 0,00 |
| 2008 | 336 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики) (картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое) | 130/5 | 6,40 | 10,80 | 11,68 | 169,71 | 16,38 |
| 2024 | ТК № 65 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (лимонная кислота, вода питьевая, сахар песок, сушеные абрикосы без косточки (курага)) | 180 | 0,76 | 0,05 | 14,20 | 60,85 | 0,24 |
| 2008 | 451 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ (масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, сахар песок, дрожжи, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, петрушка свежая, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, капуста белокочанная) | 60 | 4,28 | 6,27 | 21,10 | 156,04 | 6,05 |
| 2024 | ТК № 4 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 35 | 2,32 | 0,31 | 14,84 | 71,39 | 0,00 |
| Итого | | | 475 | 15,55 | 17,49 | 77,22 | 539,85 | 6,29 |
| Всего | | | | 48,55 | 54,79 | 234,17 | 1 621,49 | 29,40 |

Повар _____ Ткаченко С.И.



Заведующий

ГБДОУ № 1 корпус 2 Невский район

/Коданева О.Г./

MEHIO

5

Сад 12 часов

Повар

Ткаченко С.И.



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 1 корпус 2 Невский район
/Коданева О.Г./

МЕНЮ
6

Сад 12 часов

| Сбор- ник реце- птур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал | Вита- мин С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---|--------|-------------------|------------|------------------|--|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 30 | 3,82 | 3,53 | 10,28 | 88,80 | 0,07 |
| 2024 | ТК № 38 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ (вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, соль йодированная, сушеные абрикосы без косточки (курага)) | 150 | 2,95 | 5,89 | 21,53 | 172,75 | 0,80 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергии) (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное) | 150/5 | 6,05 | 7,71 | 25,09 | 194,28 | 0,98 |
| 2024 | ТК № 9 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 200 | 3,26 | 2,43 | 12,45 | 84,53 | 0,52 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая) | 200 | 0,21 | 0,11 | 16,20 | 64,78 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 10 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 | 60,00 |
| 2008 | | ГРУША (аллергии) (груша) | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,29 | 46,95 | 5,00 |
| Итого | | | 480 | 10,93 | 12,05 | 52,36 | 389,08 | 61,39 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 200 | 2,79 | 5,00 | 13,07 | 90,76 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 200/15 | 0,21 | 0,11 | 16,00 | 63,98 | 0,00 |
| Итого | | | 200 | 2,79 | 5,00 | 13,07 | 90,76 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 20 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы свежие, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная) | 50 | 0,39 | 1,05 | 1,21 | 15,78 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 39 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, петрушка свежая) | 180/20 | 2,83 | 6,19 | 29,65 | 163,05 | 0,00 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергии) (картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная) | 200 | 2,88 | 2,29 | 15,36 | 93,60 | 9,60 |
| 2012 | 34 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, замороженная, лук репчатый, морковь, картофель, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое) | 80 | 8,85 | 9,50 | 7,83 | 186,30 | 0,00 |
| 2008 | 252 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) (говядина б/к (лопатка) замороженная, лук репчатый) | 80 | 20,00 | 13,44 | 0,00 | 203,20 | 0,00 |
| 2012 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ (картофель, лук репчатый, репа, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, тыква) | 130 | 1,83 | 5,36 | 11,73 | 106,18 | 0,00 |
| 2008 | 336 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергии) (картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное) | 130/5 | 6,40 | 10,80 | 11,68 | 169,71 | 16,38 |
| 2024 | ТК № 40 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая) | 200 | 0,31 | 0,07 | 15,71 | 65,25 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 37 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 21 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 720 | 18,45 | 23,30 | 94,27 | 676,35 | 0,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 41 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ (филе трески морж., в/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная) | 70 | 8,96 | 4,10 | 19,27 | 120,62 | 0,00 |
| 2008 | 252 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) (говядина б/к (лопатка) замороженная, лук репчатый) | 70 | 17,50 | 11,76 | 0,00 | 177,80 | 0,00 |
| 2012 | 318 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 140 | 2,73 | 2,14 | 4,19 | 118,73 | 0,00 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С РАСТ. МАСЛОМ (аллергии) (картофель, масло подсолнечное рафинированное) | 140 | 2,69 | 0,54 | 21,26 | 100,92 | 19,32 |
| 2024 | ТК № 59 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ) (напиток витаминизированный из шиповника промышленного производства) | 180 | 0,00 | 0,00 | 18,51 | 74,04 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180/15 | 0,19 | 0,10 | 14,51 | 58,04 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 28 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 5 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 42 | ПРЯНИКИ (пряники заварные) | 30 | 1,77 | 10,41 | 12,10 | 109,80 | 0,00 |
| Итого | | | 470 | 17,00 | 17,60 | 77,52 | 539,68 | 0,00 |
| Всего | | | | 49,17 | 57,95 | 237,22 | 1 695,87 | 61,39 |

Повар Ткаченко С.И. Ткаченко С.И.



Заведующий

ГБДОУ № 1 корпус 2 Невский район

/Коданева О.Г./

МЕНЮ

7

Сад 12 часов

Повар

Ткаченко С.И.



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 1 корпус 2 Невский район
/Коданева О.Г./

МЕНЮ
8
Сад 12 часов

| Сбор- ник реце- птур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал | Вита- мин С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---|-----------|-------------------|------------|------------------|--|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 30 | 1,62 | 8,61 | 10,82 | 127,32 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 43 | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое) | 200 | 8,58 | 3,10 | 23,36 | 151,39 | 0,00 |
| 2008 | 184 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок) | 200/5 | 6,13 | 6,46 | 29,72 | 201,21 | 0,00 |
| 2012 | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая) | 195/7 | 0,20 | 0,01 | 8,22 | 34,91 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая) | 200 | 0,21 | 0,11 | 16,20 | 64,78 | 0,00 |
| 2012 | 368 | ГРУША СВЕЖАЯ (груша) | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 | 5,00 |
| Итого | | | 532 | 10,80 | 12,02 | 52,70 | 360,62 | 5,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 2 | ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности питьевой) | 200 | 5,60 | 5,00 | 9,02 | 113,02 | 1,40 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 200/15 | 0,21 | 0,11 | 16,00 | 63,98 | 0,00 |
| Итого | | | 200 | 5,60 | 5,00 | 9,02 | 113,02 | 1,40 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 23 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты свежие, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированое) | 50 | 0,55 | 3,08 | 1,74 | 37,91 | 12,45 |
| 2024 | ТК № 44 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к (лопатка) замороженная, сметана 15% жирности, соль йодированная, укроп свежий) | 170/15/15 | 3,13 | 5,84 | 10,87 | 112,16 | 0,00 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики) (капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая) | 200 | 2,24 | 3,28 | 6,08 | 64,00 | 17,60 |
| 2024 | ТК № 45 | ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ) (говядина б/к (лопатка) замороженная, хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), петрушка свежая, сухари панировочные, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная) | 70 | 8,96 | 8,09 | 19,15 | 185,25 | 0,00 |
| 2008 | 286 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики) (говядина б/к (лопатка) замороженная, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое) | 70 | 12,05 | 8,78 | 5,50 | 149,76 | 2,34 |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт (рожки), соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое) | 150 | 5,44 | 2,44 | 34,83 | 183,23 | 0,00 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С РАСТ. МАСЛОМ (аллергики) (картофель, масло подсолнечное рафинированое) | 150 | 2,88 | 0,58 | 22,77 | 108,10 | 20,70 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (вода питьевая, чай черный байховый, варенье) | 180/10 | 0,04 | 0,03 | 7,20 | 27,94 | 0,12 |
| 2024 | ТК № 20 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 15 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 15 | 1,12 | 0,43 | 7,71 | 39,30 | 0,00 |
| Итого | | | 695 | 20,56 | 20,09 | 89,98 | 626,58 | 12,57 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 46 | СУФЛЕ РЫБНОЕ (филе трески мороз., в/к, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.)) | 70 | 5,15 | 7,39 | 1,56 | 108,93 | 0,00 |
| 2008 | 286 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики) (говядина б/к (лопатка) замороженная, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое) | 70 | 12,05 | 8,78 | 5,50 | 149,76 | 2,34 |
| 2008 | 175 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, капуста цветная, сыры полутвердые высший сорт, масло подсолнечное рафинированое) | 130 | 5,26 | 12,57 | 11,18 | 179,38 | 32,43 |
| 2008 | 126 | КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (аллергики) (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированое) | 130/5 | 1,80 | 4,21 | 2,11 | 54,11 | 31,06 |
| 2024 | ТК № 47 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (вода питьевая, виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота) | 180 | 0,34 | 0,08 | 11,35 | 67,98 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 20 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 5 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 | 0,00 |
| 2011 | 431 | БУЛОЧКА РОЗОВАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи хлебопекарные сухие, в/с, сахар песок, соль йодированная, свекла, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая) | 55 | 4,49 | 1,61 | 32,19 | 160,85 | 0,13 |
| Итого | | | 480 | 18,44 | 22,56 | 77,61 | 623,43 | 32,56 |
| Всего | | | | 55,40 | 59,67 | 229,31 | 1 723,65 | 51,53 |

Повар  Ткаченко С.И.



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №1 корпус 2 Невский район
/Коданева О.Г./

МЕНЮ
9

Сад 12 часов

| Сбор- ник реце- птур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал | Вита- мин С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---|-----------|-------------------|------------|------------------|--|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыры полутвердые высший сорт) | 30 | 3,82 | 3,53 | 10,28 | 88,80 | 0,07 |
| 2024 | ТК № 54 | КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ (пшено, тыква, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое) | 150 | 2,89 | 5,08 | 20,80 | 139,43 | 0,00 |
| 2008 | 181 | КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (пшено, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое) | 150/7 | 6,61 | 6,61 | 37,79 | 236,50 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 23 | КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 180 | 3,73 | 3,08 | 11,22 | 85,42 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая) | 180 | 0,19 | 0,10 | 14,58 | 58,31 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 32 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 4,00 |
| Итого | | | 460 | 10,84 | 12,09 | 52,10 | 360,65 | 4,07 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 33 | КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ (кефир 2,5% жирности) | 200 | 2,93 | 5,00 | 13,49 | 90,89 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 200/15 | 0,21 | 0,11 | 16,00 | 63,98 | 0,00 |
| Итого | | | 200 | 2,93 | 5,00 | 13,49 | 90,89 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 55 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (свекла, сыры полутвердые высший сорт, масло подсолнечное рафинированое) | 50 | 3,12 | 5,76 | 3,45 | 78,70 | 1,70 |
| 2024 | 56 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ (аллергики) (томаты свежие) | 50 | 0,55 | 0,10 | 1,90 | 12,00 | 12,50 |
| 2024 | ТК № 56 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к (лопатка) замороженная, соль йодированная, укроп свежий) | 180/10/10 | 2,43 | 5,22 | 1,92 | 110,67 | 0,00 |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики) (капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная) | 200 | 2,40 | 3,36 | 8,16 | 72,80 | 8,80 |
| 2024 | ТК № 57 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (филе трески морож., в/к, морковь, лук репчатый, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 70 | 6,13 | 4,91 | 9,92 | 76,55 | 0,00 |
| 2008 | 252 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) (говядина б/к (лопатка) замороженная, лук репчатый) | 70 | 17,50 | 11,76 | 0,00 | 177,80 | 0,00 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 130 | 2,72 | 2,52 | 17,00 | 101,81 | 0,00 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики) (картофель, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое) | 130/5 | 2,70 | 4,70 | 17,68 | 122,80 | 4,35 |
| 2012 | 383 | КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ (варенье, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая) | 200 | 0,09 | 0,06 | 30,66 | 120,92 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 37 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 21 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 710 | 18,73 | 19,60 | 91,09 | 628,44 | 1,70 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 213 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.)) | 40 | 4,93 | 4,46 | 0,27 | 60,92 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 58 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина б/к (лопатка) замороженная, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), соль йодированная) | 200 | 6,30 | 9,19 | 20,45 | 200,09 | 0,00 |
| 2008 | 252 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) (говядина б/к (лопатка) замороженная, лук репчатый) | 40 | 10,00 | 6,72 | 0,00 | 101,60 | 0,00 |
| 2008 | 126 | КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (аллергики) (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированое) | 150/5 | 2,07 | 4,83 | 2,42 | 62,10 | 35,65 |
| 2024 | ТК № 59 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (напиток витаминизированный из шиповника промышленного производства) | 180 | 0,00 | 0,00 | 17,98 | 71,76 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180/15 | 0,19 | 0,10 | 14,51 | 58,04 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 20 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| 2008 | 451 | ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), яблоки, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные сухие, в/с, вода питьевая) | 60 | 3,52 | 3,31 | 30,10 | 165,42 | 2,18 |
| Итого | | | 500 | 16,07 | 17,14 | 77,28 | 538,98 | 2,18 |
| Всего | | | | 48,57 | 53,83 | 233,96 | 1 618,96 | 7,95 |

Повар

С.И.

Ткаченко С.И.



Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ № 1 корпус 2 Невский район
/Коданева О.Г./

МЕНЮ
10
Сад 12 часов

| Сбор- ник реце- птур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал | Вита- мин С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---|----------|-------------------|------------|------------------|--|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыры полутвердые высший сорт, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 30 | 3,82 | 3,53 | 10,28 | 88,80 | 0,07 |
| 2024 | ТК № 22 | КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная) | 150 | 2,31 | 4,98 | 21,41 | 141,04 | 0,00 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" (аллергики) (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная) | 150 | 4,65 | 7,50 | 20,10 | 168,03 | 1,50 |
| 2024 | ТК № 23 | КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 180 | 3,73 | 3,08 | 11,22 | 85,42 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая) | 180 | 0,19 | 0,10 | 14,58 | 58,31 | 0,00 |
| 2024 | ТК№ 24 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин) | 100 | 0,96 | 0,24 | 9,00 | 45,60 | 0,00 |
| 2024 | 32 | ЯБЛОКО (аллергики) (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,81 | 47,03 | 10,01 |
| Итого | | | 460 | 10,82 | 11,83 | 51,91 | 360,86 | 0,07 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 200 | 2,79 | 5,00 | 13,07 | 90,76 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 200/15 | 0,21 | 0,11 | 16,00 | 63,98 | 0,00 |
| Итого | | | 200 | 2,79 | 5,00 | 13,07 | 90,76 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 25 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые) | 50 | 0,40 | 0,05 | 0,85 | 6,50 | 2,50 |
| 2024 | ТК № 62 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики) (огурцы свежие) | 50 | 0,40 | 0,05 | 1,25 | 7,00 | 5,00 |
| 2024 | ТК № 26 | СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к (лопатка) замороженная, соль йодированная, укроп свежий) | 180/8/12 | 3,18 | 6,95 | 23,90 | 163,47 | 0,00 |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики) (капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная) | 200 | 2,40 | 3,36 | 8,16 | 72,80 | 8,80 |
| 2012 | 289 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина б/к (лопатка) замороженная, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 70 | 10,19 | 10,34 | 7,26 | 164,82 | 0,00 |
| 2008 | 292 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики) (говядина б/к (лопатка) замороженная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное) | 70 | 10,22 | 10,36 | 5,32 | 158,20 | 0,00 |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт (рожки), соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое) | 150 | 5,28 | 2,22 | 33,77 | 176,33 | 0,00 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С РАСТ. МАСЛОМ (аллергики) (картофель, масло подсолнечное рафинированное) | 150 | 2,88 | 0,58 | 22,77 | 108,10 | 20,70 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (чай черный байховый, вода питьевая, варенье) | 180/10 | 0,04 | 0,03 | 7,20 | 27,94 | 0,12 |
| 2024 | ТК № 20 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 15 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 15 | 1,12 | 0,43 | 7,71 | 39,30 | 0,00 |
| Итого | | | 695 | 21,53 | 20,20 | 89,17 | 619,15 | 2,62 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 27 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (филе грудки цыпленка замороженное, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная) | 200 | 8,53 | 7,18 | 33,46 | 248,12 | 14,63 |
| 2008 | 181 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное) | 130/5 | 3,25 | 4,56 | 34,58 | 192,67 | 0,00 |
| 2008 | 292 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики) (говядина б/к (лопатка) замороженная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное) | 70 | 10,22 | 10,36 | 5,32 | 158,20 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые прямого отжима осветленные в ассортименте) | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 82,80 | 3,60 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180/15 | 0,19 | 0,10 | 14,51 | 58,04 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 28 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 29 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (яйца куриные (шт.), вода питьевая, творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные сухие, в/с, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, ванилин) | 60 | 7,22 | 4,53 | 29,80 | 189,26 | 0,04 |
| Итого | | | 465 | 18,31 | 11,93 | 92,04 | 571,17 | 18,27 |
| Всего | | | | 53,45 | 48,96 | 246,19 | 1 641,94 | 20,96 |

Повар Ткаченко С.И.