

МЕНЮ
21 сентября 2026 г.
Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)	30	3,2	4,1	7	78	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	7	8,1	34,2	256	0
	ТК№03 4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	180/6/7	0,1		8,5	36	0
Итого			423	10,3	12,2	49,7	370	0
II Завтрак								
	ТК№03 5	БАНАН (сок яблочный)	100	2,8	3,1	13,5	93	0
Итого			100	2,8	3,1	13,5	93	0
Обед								
	ТК№03 6	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,4		0,9	5	0
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), говядина б/к, укроп)	180/9/10	4,5	7	15	141	0
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (рыба минтай филе, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	80	6,1	6,4	3,3	95	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	2,9	4,9	27	164	0
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ (апельсин, вода питьевая, сахар песок)	200	2,2	2,7	20,7	116	0
	ТК№01 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№00 6	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	53	0
Итого			724	19,3	21,8	87,8	625	0
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куриная грудка филе, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная)	200	7,5	10,5	20	204	0
	ТК№03 7	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			10	40	0
	ТК№02 9	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	2	0,2	12,7	61	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, творог 5,0% жирности, дрожжи, соль йодированная, ванилин, масло подсолнечное рафинированное)	60	6,4	6,4	35,1	223	0
Итого			490	15,9	17,1	77,8	528	0
Всего				48,3	54,2	228,8	1616	0

Документ подписан электронной подписью

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 22 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Садкова Зинаида Ивановна,
заведующий

18.09.26 11:11 (MSK) Сертификат 3CBD6FCEE07F90DBBAC24EB15044C23