

МЕНЮ
19 августа 2026 г.
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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,28	2,85	15,86	93,05	1,74
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная)	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,00
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ АЛЛЕРГИКИ (аллергики) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)	150	1,85	4,49	13,13	100,14	0,00
2024	TK № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ АЛЛЕРГИКИ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,16	0,00	4,58	18,90	0,03
2024	TK№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	96	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
Итого			476	10,52	11,87	52,64	358,71	1,74
II Завтрак								
2024	TK № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ (ряженка 2,5% жирности)	196	2,80	5,00	13,14	90,07	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ АЛЛЕРГИКИ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,16	0,00	4,58	18,90	0,03
Итого			196	2,80	5,00	13,14	90,07	0,00
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ (картофель, масло подсолнечное рафинированное, рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная)	50	3,10	3,28	5,32	63,24	0,00
2024	TK № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, рыба треска филе, яйца куриные (шт.), соль йодированная, петрушка (зелень))	170/30/1	2,06	4,18	21,00	141,30	0,00
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ АЛЛЕРГИКИ (аллергики) (говядина б/к, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)	150/15	2,68	5,53	8,91	96,23	4,45
2024	TK № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт витамин., вода питьевая, соль йодированная, куриная грудка филе, яйца куриные (шт.))	70	10,39	13,22	5,64	183,05	0,51
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокачанная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко- сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт витамин., вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	135	2,80	2,74	16,28	101,78	9,64
		ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ АЛЛЕРГИКИ (аллергики) (говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	110	7,74	10,42	13,12	177,15	6,64
2024	TK № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (слива сушеная (чернослив), вода питьевая, лимонная кислота, сахар песок)	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	23	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	24	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			683	21,84	24,42	83,61	655,03	10,31
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ (морковь, сахар песок)	40	1,57	1,66	7,06	49,43	0,00
2024	TK № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	175	10,69	12,94	25,85	270,19	0,00
		РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ АЛЛЕРГИКИ (аллергики) (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)	160	1,56	2,47	14,43	86,61	9,19
2008	442	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый 1л.)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	TK № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			415	13,76	15,18	43,19	372,02	0,00
Всего				48,92	56,47	192,58	1 475,83	12,05

Утверждаю

ГБОУ детский сад № 42
Колпинского района СПбЗаведующий
ГБОУ детский сад № 42 Колпинского района СПб
/Хрущева Н.Н./**МЕНЮ**
19 августа 2026 г.**Ясли 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								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,06	0,45	11,25	43,07	0,00
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)	130	2,07	5,72	20,29	146,02	0,00
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	1,40	1,82	11,83	60,39	0,00
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ (йогурт в индив.упак. 0,100гр.)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			400	4,53	7,99	43,37	249,48	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ (сок фруктовый 0,2л.)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	37	0,32	0,04	1,00	5,59	3,99
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, петрушка (зелень), соль йодированная, рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое)	150/30	3,10	2,70	9,80	99,00	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт витамин., вода питьевая, соль йодированная, куриная грудка филе, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое)	50	9,05	10,26	5,86	152,01	0,42
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (тыква свежая, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт витамин., вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	120	2,76	5,23	12,94	110,36	8,80
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,09	0,09	9,79	40,77	0,86
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	29	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			581	17,61	18,98	57,70	498,02	14,07
Полдник								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (морковь, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	25	0,31	0,03	2,86	13,18	0,00
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	115	11,36	11,69	18,82	240,12	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко пастер. 2,5% жирности)	176	2,53	4,50	8,62	97,02	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,03	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			331	15,23	16,66	38,01	389,62	0,00
Всего				37,37	43,63	139,08	1 137,12	14,07

Повар

Матвийчук Т.А.