ГБДОУ Детский сад № 99 комбинированного вида Фрунзенского района Санкт-Петербурга

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ Детский сад № 99 комбинированного вида Фрунзенского района Санкт-Петербурга
_____ /Судницына О.О./

МЕНЮ

23 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,93	3,64	10,59	91,46	0,00
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	160	5,66	8,45	15,72	159,36	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,13	0,00	5,85	23,87	0,00
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	0,00
Итого			**460**	**11,22**	**12,59**	**53,16**	**370,69**	**0,00**
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	199	2,94	5,00	13,05	90,34	0,00
Итого			**199**	**2,94**	**5,00**	**13,05**	**90,34**	**0,00**
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	50	0,84	3,02	3,93	47,48	0,00
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/10/20	4,96	0,67	9,54	126,15	0,00
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	5,91	11,49	2,63	76,49	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	135	2,62	4,87	17,21	123,58	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	180	0,08	0,05	27,59	108,83	0,00
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			**695**	**18,61**	**21,14**	**88,59**	**619,42**	**0,00**
Полдник								
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	12,27	14,87	31,12	320,56	0,00
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	15	0,19	0,00	1,81	7,43	0,00
2008	442	СОК	181	0,91	0,00	23,09	99,99	0,00
2024	ТК № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			**416**	**16,37**	**16,03**	**76,58**	**532,78**	**0,00**
Всего				**49,14**	**54,76**	**231,38**	**1 613,23**	**0,00**

Повар _____ Галицкая Е.В.