

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №54 Кировского района Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_ /Наумовская И.А./

## МЕНЮ

10 июля 2025 г.

### Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,92	1,49	1,93	24,74	3,86
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	9,49	11,75	1,90	151,43	0,16
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,67	1,80	17,24	96,38	0,39
2008		БАТОН	10	0,73	0,28	4,99	25,45	0,00
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>13,81</b>	<b>15,32</b>	<b>26,06</b>	<b>298,00</b>	<b>4,41</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА	181	5,40	1,80	7,55	71,99	0,90
<b>Итого</b>			<b>181</b>	<b>5,40</b>	<b>1,80</b>	<b>7,55</b>	<b>71,99</b>	<b>0,90</b>
<b>Обед</b>								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30	0,27	0,03	2,41	25,25	0,85
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	5,27	5,05	10,05	106,69	0,41
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30	13,52	5,38	2,54	132,16	10,35
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	115	4,02	2,99	25,63	145,51	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,20	0,00	5,30	21,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	29	1,39	0,25	12,11	58,27	0,00
<b>Итого</b>			<b>569</b>	<b>25,17</b>	<b>13,70</b>	<b>58,04</b>	<b>489,68</b>	<b>11,61</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,74	4,16	2,97
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50	1,48	4,82	2,40	59,03	0,06
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	2,31	2,18	9,75	68,59	7,22
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	149	1 008,80	0,29	16,43	73,50	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	5,26	2,78	21,76	133,27	0,05
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,27	0,17	8,11	39,04	0,00
2008		БАНАН	70	1,06	0,35	14,78	67,58	7,04
<b>Итого</b>			<b>483</b>	<b>1 020,42</b>	<b>10,62</b>	<b>73,97</b>	<b>445,17</b>	<b>17,34</b>
<b>Всего</b>				<b>1 064,80</b>	<b>41,44</b>	<b>165,62</b>	<b>1 304,84</b>	<b>34,26</b>

Диет.сестра

Кузнецова С.И.

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №54 Кировского района Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_ /Наумовская И.А./**МЕНЮ**  
10 июля 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,24	2,06	2,47	33,38	1,75
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	12,77	16,62	2,47	210,82	0,20
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
2008		БАТОН	39	2,90	1,12	19,87	101,26	0,00
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>17,11</b>	<b>19,80</b>	<b>31,11</b>	<b>371,56</b>	<b>1,95</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА	171	4,96	4,28	7,19	92,38	0,51
<b>Итого</b>			<b>171</b>	<b>4,96</b>	<b>4,28</b>	<b>7,19</b>	<b>92,38</b>	<b>0,51</b>
<b>Обед</b>								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,43	2,61	4,00	42,10	1,46
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,83	5,51	11,99	121,14	0,84
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60/30	16,44	6,81	2,98	162,92	12,53
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155/5	5,92	4,06	37,83	211,60	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	176	0,88	0,18	17,74	75,54	3,51
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,27	0,17	8,11	39,04	0,00
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>30,77</b>	<b>19,34</b>	<b>82,65</b>	<b>652,34</b>	<b>18,34</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,32	0,04	0,99	5,52	3,95
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	1,75	4,81	2,79	61,44	0,08
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,84	2,18	12,27	80,70	7,93
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	7,64	3,85	26,70	172,77	0,08
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	21,00	88,26	3,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,27	0,17	8,11	39,04	0,00
2008		БАНАН	80	1,20	0,40	16,86	77,09	8,03
<b>Итого</b>			<b>588</b>	<b>20,56</b>	<b>13,48</b>	<b>88,72</b>	<b>524,82</b>	<b>23,07</b>
<b>Всего</b>				<b>73,40</b>	<b>56,90</b>	<b>209,67</b>	<b>1 641,10</b>	<b>43,87</b>

Диет.сестра \_\_\_\_\_

Кузнецова С.И.