

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №54 Кировского района Санкт-Петербурга

\_\_\_\_\_/Наумовская И.А./

**МЕНЮ****3 сентября 2025 г.****Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                              | Выход     | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------|-----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                 |           | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                 |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2014                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                               | 20        | 3,15              | 3,03    | 7,48             | 70,22                                    | 0,02                  |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ                             | 130       | 3,12              | 5,13    | 18,59            | 133,47                                   | 0,35                  |
| 2014                          | 272                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                 | 150       | 2,30              | 1,80    | 10,60            | 68,20                                    | 0,40                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 300       | 8,57              | 9,96    | 36,67            | 271,89                                   | 0,77                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                 |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР                                           | 130       | 3,77              | 3,25    | 5,20             | 68,90                                    | 0,91                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 130       | 3,77              | 3,25    | 5,20             | 68,90                                    | 0,91                  |
| Обед                          |                     |                                                 |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                   | 34        | 0,27              | 0,03    | 0,85             | 4,73                                     | 3,38                  |
| 2008                          | 91                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С<br>ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/10 | 3,80              | 5,15    | 10,14            | 107,52                                   | 3,71                  |
| 2008                          | 228                 | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ                            | 40        | 7,91              | 0,30    | 0,31             | 35,40                                    | 0,34                  |
| 2008                          | 123                 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                              | 110       | 2,13              | 3,77    | 17,23            | 111,46                                   | 8,70                  |
| 2008                          | 378                 | СОУС ПОЛЬСКИЙ                                   | 15        | 1,69              | 7,49    | 0,15             | 74,85                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 405                 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                                 | 145       | 0,08              | 0,07    | 15,26            | 62,34                                    | 0,70                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                            | 20        | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН                                           | 17        | 1,25              | 0,48    | 8,57             | 43,67                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 551       | 18,45             | 17,47   | 60,99            | 480,76                                   | 16,83                 |
| Полдник                       |                     |                                                 |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С<br>ДЖЕМОМ                | 100/13    | 17,05             | 12,73   | 19,13            | 264,27                                   | 2,06                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                | 149       | 4,20              | 3,62    | 6,95             | 78,13                                    | 0,78                  |
| 2008                          |                     | ГРУША                                           | 60        | 0,30              | 0,20    | 7,20             | 32,90                                    | 3,50                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 322       | 21,55             | 16,55   | 33,28            | 375,30                                   | 6,34                  |
| Всего                         |                     |                                                 |           | 52,34             | 47,23   | 136,14           | 1 196,85                                 | 24,85                 |

Диет.сестра



Кузнецова С.И.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №54 Кировского района Санкт-Петербурга

/Наумовская И.А./

**МЕНЮ****3 сентября 2025 г.****Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                           | Выход     | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------|-----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                              |           | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                              |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                            | 20        | 3,48              | 3,48    | 7,27             | 74,96                                    | 0,07                  |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ                          | 180       | 4,37              | 5,86    | 25,89            | 174,49                                   | 0,48                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                              | 180       | 3,79              | 3,11    | 12,00            | 92,26                                    | 0,57                  |
| Итого                         |                     |                                              | 380       | 11,64             | 12,45   | 45,16            | 341,71                                   | 1,12                  |
| II Завтрак                    |                     |                                              |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР                                        | 127       | 3,68              | 3,18    | 5,08             | 67,32                                    | 0,89                  |
| Итого                         |                     |                                              | 127       | 3,68              | 3,18    | 5,08             | 67,32                                    | 0,89                  |
| Обед                          |                     |                                              |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                | 42        | 0,34              | 0,04    | 1,05             | 5,88                                     | 4,20                  |
| 2008                          | 91                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ | 200/10/10 | 4,22              | 5,53    | 11,82            | 119,46                                   | 4,35                  |
| 2008                          | 228                 | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ                         | 50        | 8,63              | 0,33    | 0,35             | 38,73                                    | 0,38                  |
| 2012                          | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                            | 120       | 2,57              | 3,96    | 16,93            | 115,83                                   | 8,12                  |
| 2008                          | 378                 | СОУС ПОЛЬСКИЙ                                | 20        | 1,04              | 7,89    | 0,13             | 75,68                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 405                 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                              | 175       | 0,09              | 0,08    | 22,08            | 89,93                                    | 0,85                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                         | 29        | 1,94              | 0,26    | 12,45            | 59,89                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН                                        | 24        | 1,83              | 0,71    | 12,52            | 63,83                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                              | 680       | 20,66             | 18,80   | 77,33            | 569,23                                   | 17,90                 |
| Полдник                       |                     |                                              |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ                | 120/13    | 20,68             | 16,24   | 26,14            | 339,62                                   | 2,03                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                             | 179       | 5,03              | 4,34    | 8,33             | 93,73                                    | 0,93                  |
| 2008                          |                     | ГРУША                                        | 69        | 0,28              | 0,21    | 7,10             | 32,40                                    | 3,45                  |
| Итого                         |                     |                                              | 381       | 25,99             | 20,79   | 41,57            | 465,75                                   | 6,41                  |
| Всего                         |                     |                                              |           | 61,97             | 55,22   | 169,14           | 1 444,01                                 | 26,32                 |

Диет.сестра



Кузнецова С.И.