

Утверждаю

МЕНЮ
02 октября 2026 г
Ясли 12 часов

Табарин
ова
Юлия
Юрьевна

Подписан: Табарина
Юлия Юрьевна
DN: OU=Заведующий,
O=ГБДОУ детский сад № 69
Фрунзенского района СПб,
CN=Табарина Юлия
Юрьевна, E=69gdou@mail.ru
Основание: Я являюсь
автором этого документа
Местоположение:
Санкт-Петербург
Дата: 2026.10.01 17:22:
33+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,59	0,68	16,88	64,61	0,00
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2012	368	БАНАН	96	1,44	0,48	16,11	81,00	0,00
Итого			418	6,69	7,04	66,15	316,52	0,00
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	174	3,77	4,34	6,73	74,97	0,00
Итого			174	3,77	4,34	6,73	74,97	0,00
Обед								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	20/20	2,26	3,72	1,74	55,25	0,00
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	4,52	6,41	13,73	119,90	5,20
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	60	6,53	10,69	10,74	133,38	0,00
2012	333	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	1,52	2,70	8,53	65,09	7,71
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	155	0,09	0,08	13,40	55,19	0,85
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	0,17	8,46	40,68	0,00
Итого			605	17,14	24,35	66,89	521,89	13,76
Полдник								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	40	0,50	0,00	1,88	9,99	39,60
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	75	6,99	7,55	16,54	164,18	0,00
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	115	2,15	3,78	11,22	106,20	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,45	0,15	14,30	60,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	65	2,69	1,17	18,65	162,72	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,92	0,17	8,46	40,68	0,00
Итого			465	13,70	12,82	71,05	543,77	39,60
Всего				41,30	48,55	210,82	1 457,15	53,36