ГБДОУ детский сад № 69 Фрунзенского района СПб

Утверждаю

Табаринова Юлия Юрьевна

Подписан: Табаринова Юлия Юрьевна
DN: OU=Заведующий, O=ГБДОУ детский сад № 69 Фрунзенского района СПб, CN=Табаринова Юлия Юрьевна, E=69gdou@mail.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: Санкт-Петербург
Дата: 2026.11.17 09:44:16+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

МЕНЮ

18 ноября 2026 г

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,72	3,83	21,31	125,01	2,34
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,00
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	103	0,99	0,25	9,27	46,97	0,00
Итого			**493**	**10,99**	**12,86**	**58,36**	**392,04**	**2,34**
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	203	2,86	5,10	13,40	91,87	0,00
Итого			**203**	**2,86**	**5,10**	**13,40**	**91,87**	**0,00**
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	2,45	1,22	0,00	20,88	0,00
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	0,79	0,05	2,38	13,66	6,93
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	110	11,09	14,43	28,42	279,24	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	155	3,02	8,71	21,88	178,73	7,02
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,26	0,88	15,42	78,60	0,00
Итого			**746**	**21,22**	**25,56**	**90,62**	**671,27**	**14,11**
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	55	2,15	2,28	9,69	67,90	0,00
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	230	40,66	22,64	28,64	492,33	0,39
2008	442	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	180	0,52	0,00	28,81	118,73	0,00
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			**485**	**44,83**	**25,50**	**77,42**	**731,36**	**0,39**
Всего				**79,90**	**69,02**	**239,80**	**1 886,54**	**16,84**