

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 17 Кировского района Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_/Богданова Н.Е./

**МЕНЮ**  
**20 ноября 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                       |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2014                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                        | 30       | 1,85              | 4,75    | 12,52            | 100,18                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ                                         | 200      | 6,54              | 8,13    | 26,57            | 206,27                                   | 0,55                  |
| 2014                          | 267                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                             | 180      | 2,78              | 2,23    | 10,54            | 73,93                                    | 0,52                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 410      | 11,17             | 15,11   | 49,63            | 380,38                                   | 1,07                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ЙОГУРТ                                                                    | 125      | 3,50              | 3,13    | 5,64             | 70,66                                    | 0,88                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 125      | 3,50              | 3,13    | 5,64             | 70,66                                    | 0,88                  |
| Обед                          |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                             | 50       | 0,40              | 0,05    | 1,25             | 7,00                                     | 5,00                  |
| 2008                          | 100                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ,<br>ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/10/1 | 5,24              | 3,73    | 17,59            | 125,12                                   | 6,01                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                                               | 80       | 16,98             | 9,29    | 2,74             | 181,84                                   | 12,99                 |
| 2012                          | 330                 | ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ                                                            | 130      | 2,91              | 4,25    | 14,26            | 107,53                                   | 10,64                 |
| 2008                          | 442                 | СОК АБРИКОСОВЫЙ                                                           | 180      | 0,90              | 0,00    | 22,86            | 99,00                                    | 7,20                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                               | 30       | 1,99              | 0,26    | 12,72            | 61,19                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН                                                                     | 25       | 1,95              | 0,75    | 13,38            | 68,20                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 706      | 30,37             | 18,33   | 84,80            | 649,88                                   | 41,84                 |
| Полдник                       |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                                              | 40       | 4,96              | 4,49    | 0,27             | 61,29                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 52                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ                                                | 60/35    | 6,76              | 10,09   | 3,90             | 134,21                                   | 7,41                  |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                                          | 180      | 0,13              | 0,01    | 13,94            | 58,81                                    | 2,30                  |
| 2008                          | 477                 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                                          | 70       | 6,77              | 3,19    | 39,31            | 212,86                                   | 0,14                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                               | 20       | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАНАН                                                                     | 80       | 1,20              | 0,40    | 16,80            | 76,80                                    | 8,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 485      | 21,14             | 18,36   | 82,70            | 584,76                                   | 17,85                 |
| Всего                         |                     |                                                                           |          | 66,18             | 54,93   | 222,77           | 1 685,68                                 | 61,64                 |