

МЕНЮ

9 сентября 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,59	0,68	16,88	64,61	3,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	130	13,22	18,10	2,41	225,55	0,19
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	30	0,93	1,67	1,85	25,03	1,36
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	150/7/4	0,18	0,00	7,46	31,17	0,65
Итого			351	15,92	20,45	28,60	346,36	5,20
II Завтрак								
2012	368	БАНАН (банан)	95	1,43	0,48	15,95	80,20	9,50
Итого			95	1,43	0,48	15,95	80,20	9,50
Обед								
2008	59	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ (рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная, картофель, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	40	2,40	4,41	3,08	60,27	1,55
2008		СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ (крупа рисовая, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина б/к)	160	5,89	2,94	7,74	81,29	0,64
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.))	60	14,16	6,02	2,19	135,27	10,41
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	120	4,38	2,69	27,99	153,91	0,00
	ТК№0 51	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,70	0,20	10,88	52,70	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	24	1,77	0,69	12,09	61,62	0,00
Итого			579	30,40	17,05	82,07	620,06	13,80
Полдник								
2008	248	ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) (рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое)	50	9,42	3,71	3,74	86,16	0,26
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	2,37	4,34	15,64	111,62	7,29
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	160/7/4	0,14	0,00	7,52	31,32	0,70
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи хлебопекарные сушеные, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированное)	55	1,94	9,23	38,76	152,76	0,00
	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	12	0,78	0,09	5,02	24,30	0,00
Итого			408	14,65	17,37	70,68	406,16	8,25
Всего				62,40	55,35	197,30	1 452,78	36,75

Утверждаю

Правительство Санкт-Петербурга
Комитет по образованию
Орган исполнительной власти
Администрация города
Санкт-Петербургского района
№ 00038472 * Инв.
Исх. № 13 Пушкинского
детский сад № 13 Пушкинского
района

*
*
*
*

И. о. заведующего
а Санкт-Петербурга
/Асланова И. Ю./

9 сентября 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,43	2,14	16,12	69,36	1,84
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	140	14,45	19,70	2,60	245,59	0,21
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированое, петрушка (зелень))	30	0,89	1,58	1,78	24,06	1,39
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	180/7	0,23	0,01	7,81	33,22	1,05
Итого			387	17,00	23,43	28,31	372,23	4,49
II Завтрак								
	ТК № 006	БАНАН (банан)	100	1,53	0,53	21,00	96,00	4,00
Итого			100	1,53	0,53	21,00	96,00	4,00
Обед								
2008	59	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ (рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная, картофель, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная)	50	3,00	5,52	3,85	75,42	1,94
2008		СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ (крупа рисовая, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина б/к)	200	7,36	3,68	9,68	101,60	0,80
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	80	17,92	7,84	7,20	172,80	12,90
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,41	1,64	34,63	175,05	0,00
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (слива сушеная (чернослив), вода питьевая, лимонная кислота, сахар песок)	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
	ТК№0 07	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,13	0,25	10,63	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен мука высш сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			710	36,99	19,75	92,88	700,74	15,80
Полдник								
2008	248	ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) (рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое)	70	10,83	3,53	5,44	96,75	0,32
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,56	4,26	16,84	116,49	7,83
	ТК№0 38	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	180/6/7	0,16	0,01	6,45	27,65	1,12
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи хлебопекарные сушеные, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированое)	60	9,17	5,77	25,74	192,24	0,06
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			478	24,42	13,77	65,07	484,13	9,33
Всего				79,94	57,48	207,26	1 653,10	33,62