

Утверждаю

И. о. заведующего
ГБДОУ детский сад №13 Пушкинского района Санкт-Петербурга
/Асланова И. Ю./

МЕНЮ
21 июля 2026 г.
Ясли 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая 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	1,58	0,67	16,82	64,39	2,99
2024	ТК № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ (пшено, тыква свежая, молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,96	4,31	26,53	165,36	0,90
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	150/7/4	0,18	0,00	7,03	29,46	0,68
Итого			321	6,72	4,98	50,38	259,21	4,57
II Завтрак								
2024	49	МАНДАРИН (мандарин)	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Итого			95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Обед								
	ТК№0 09	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ (картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к, сметана 15% жирности, петрушка (зелень))	150/10/5	4,30	7,12	5,91	105,45	8,10
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ) (куриная грудка филе, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами, молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	50	9,91	10,89	3,27	150,60	0,40
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое)	120	2,32	2,57	18,85	108,02	9,52
2024	57	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ (апельсин, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,18	0,04	10,40	43,80	5,16
	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,68	0,20	10,77	52,18	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	24	1,82	0,73	12,48	63,51	0,00
Итого			574	20,51	21,55	62,38	528,76	23,98
Полдник								
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	120	1,92	4,48	12,48	97,41	5,28
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина б/к, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами, молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	60	9,91	9,79	6,66	154,34	0,07
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,50	0,20	18,33	77,50	60,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,72	0,20	10,71	51,51	0,00
Итого			355	14,05	14,67	48,18	380,76	65,35
Всего				42,04	41,39	168,07	1 204,83	130,00

Утверждаю

И. о. заведующего
ГБДОУ детский сад №13 Пушкинского района Санкт-Петербурга
/Асланова И. Ю./

МЕНЮ
21 июля 2026 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая 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	1,41	2,12	15,96	68,68	1,82
2024	ТК № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ (пшено, тыква свежая, молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,74	4,99	30,74	191,29	0,95
	ТК№0 38	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	180/6/7	0,29	0,01	5,53	24,56	1,18
Итого			373	7,44	7,12	52,23	284,53	3,95
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН (мандарин)	100	0,80	0,20	7,49	37,96	37,96
Итого			100	0,80	0,20	7,49	37,96	37,96
Обед								
	ТК№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к, сметана 15% жирности, петрушка (зелень))	180/10/5	4,28	6,57	6,26	101,96	8,92
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ) (куриная грудка филе, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами, молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	80	15,86	18,58	5,04	250,74	0,65
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,93	3,01	23,74	134,02	12,00
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ (апельсин, сахар песок, вода питьевая)	200	0,50	0,10	34,00	141,00	12,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	25	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
Итого			725	27,48	29,29	93,35	750,72	34,57
Полдник								
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина б/к, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами, молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	11,56	11,27	7,68	178,19	0,08
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	2,40	5,60	15,60	121,80	6,60
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			425	16,26	17,31	55,88	443,99	78,68
Всего				51,98	53,92	208,95	1 517,20	155,16