

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №58 Колпинского района СПб

/и.о. Блинникова Ю.М./

МЕНЮ

9 июля 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,68
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	3,73	0,53	39,48	177,66	0,00
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,73	3,08	11,22	85,42	0,58
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	100	0,18	0,18	4,31	20,68	4,40
Итого			460	10,82	11,83	51,91	360,86	39,33
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	100	0,18	0,18	4,31	20,68	4,40
Итого			200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/8/12	3,18	6,95	23,90	163,47	5,57
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (аллергии)	187/8/12	5,04	9,42	14,70	163,84	6,86
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	10,19	10,34	7,26	164,82	0,08
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергии)	50	12,89	13,01	0,24	169,26	0,64
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			695	19,16	20,69	90,49	629,66	8,27
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	8,53	7,18	33,46	248,12	14,63
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	5,46	8,83	13,69	162,95	0,04
Итого			465	16,55	16,41	75,93	539,46	18,27
Всего				49,32	53,93	231,40	1 620,74	66,97