

Васильева  
ва  
Людмила  
Александровна

Подписан цифровой подписью: Васильева Людмила Александровна  
DN: О=ГБДОУ детский сад №115 Фрунзенского района Санкт-Петербурга, CN=Васильева Людмила Александровна, E=doc115lmla@uniflex.ru  
Основание: Я являюсь автором этого документа  
Расположение: Дата: 2026.09.28 16:22:22 +0300  
Foxit PDF Reader Версия: 2023.3.0

МЕНЮ  
9 октября 2026 г.

Ясли 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                       |                     |                                                       |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 7                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                    | 20       | 1,16              | 0,45    | 11,36            | 53,50                                    | 2,00                  |
| 2024                          | 51                  | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ                             | 130      | 6,99              | 6,36    | 27,37            | 195,61                                   | 0,03                  |
| 2024                          | 23                  | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                         | 150      | 2,85              | 2,37    | 11,52            | 79,36                                    | 0,53                  |
| 2024                          | 48                  | АПЕЛЬСИН                                              | 95       | 0,86              | 0,19    | 7,70             | 40,85                                    | 57,00                 |
| Итого                         |                     |                                                       | 395      | 11,86             | 9,37    | 57,95            | 369,32                                   | 59,56                 |
| II Завтрак                    |                     |                                                       |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 20                  | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ<br>ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ           | 180      | 3,10              | 4,50    | 8,10             | 73,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 180      | 3,10              | 4,50    | 8,10             | 73,00                                    | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                       |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 59                  | СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И<br>МАСЛОМ                       | 40       | 3,83              | 5,55    | 2,97             | 77,30                                    | 1,50                  |
| 2024                          | 30                  | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/15/5 | 5,81              | 7,12    | 9,69             | 128,57                                   | 6,19                  |
| 2012                          | 122                 | ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ<br>(ПАРОВЫЕ)                   | 50       | 7,76              | 7,61    | 4,33             | 116,84                                   | 0,06                  |
| 2012                          | 320                 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С<br>СОУСОМ МОЛОЧНЫМ         | 110      | 2,77              | 2,04    | 6,12             | 54,36                                    | 24,79                 |
| 2024                          | 31                  | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                       | 150      | 0,39              | 0,09    | 16,98            | 70,92                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 41                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 25       | 1,66              | 0,22    | 10,60            | 50,99                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 17                  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                     | 20       | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 565      | 23,72             | 23,21   | 60,97            | 551,38                                   | 32,54                 |
| Полдник                       |                     |                                                       |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 38                  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                         | 40       | 0,32              | 0,04    | 0,99             | 5,54                                     | 3,96                  |
| 2012                          | 219                 | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ                              | 130      | 10,17             | 16,79   | 8,96             | 227,78                                   | 1,03                  |
| 2024                          | 40                  | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                        | 150/12   | 0,15              | 0,04    | 9,20             | 36,12                                    | 0,17                  |
| 2008                          | 464                 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                                    | 40       | 4,65              | 7,31    | 24,63            | 182,86                                   | 0,06                  |
| 2024                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 20       | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 392      | 16,61             | 24,36   | 52,26            | 493,09                                   | 5,22                  |
| Всего                         |                     |                                                       |          | 55,29             | 61,44   | 179,28           | 1 486,79                                 | 97,32                 |