

Васильева  
Людмила  
Александровна

Подписан цифровой подписью: Васильева Людмила Александровна  
DN: cn=ГБДОУ детский сад №115 Фрунзенского района Санкт-Петербурга, o=Васильева Людмила Александровна, email=liou115frunz@yandex.ru  
Основание: Я являюсь автором этого документа  
Расположение: \_\_\_\_\_  
Дата: 2026.09.29 14:27:45+0300  
Foxit PDF Reader Версия: 2023.3.0

МЕНЮ  
13 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                          | 8                   | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                      | 130      | 4,10              | 6,72    | 17,70            | 147,90                                   | 0,34                  |
| 2024                          | 9                   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                                | 150      | 2,36              | 1,82    | 11,57            | 72,59                                    | 0,39                  |
| 2012                          | 368                 | ГРУША                                                                     | 95       | 0,38              | 0,28    | 9,73             | 44,41                                    | 4,72                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 395      | 8,00              | 9,27    | 50,36            | 318,40                                   | 7,45                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ                                                      | 170      | 4,93              | 4,25    | 6,80             | 90,10                                    | 1,19                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 170      | 4,93              | 4,25    | 6,80             | 90,10                                    | 1,19                  |
| Обед                          |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2024                          | 11                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С<br>РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ                           | 30       | 1,45              | 3,95    | 1,96             | 49,47                                    | 0,95                  |
| 2024                          | 25                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ,<br>ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 4,53              | 4,70    | 14,31            | 117,89                                   | 5,77                  |
| 2024                          | 12                  | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                                               | 160      | 22,04             | 9,68    | 12,76            | 249,56                                   | 15,69                 |
| 2024                          | 13                  | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                               | 150      | 0,49              | 0,20    | 15,74            | 76,15                                    | 60,00                 |
| 2024                          | 10                  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 15       | 0,99              | 0,13    | 6,36             | 30,59                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 17                  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                         | 20       | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 536      | 31,00             | 19,24   | 61,41            | 576,06                                   | 82,41                 |
| Полдник                       |                     |                                                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                                              | 20       | 2,48              | 2,24    | 0,14             | 30,65                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 14                  | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                                           | 160      | 14,59             | 13,00   | 12,15            | 228,64                                   | 15,09                 |
| 2024                          | 2                   | ЧАЙ С САХАРОМ                                                             | 150      | 16,11             | 2,52    | 9,63             | 125,64                                   | 0,02                  |
| 2024                          | 34                  | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ                        | 100      | 2,80              | 2,50    | 4,51             | 56,51                                    | 0,70                  |
| 2024                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 20       | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| 2024                          | 17                  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                         | 20       | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                           | 470      | 38,80             | 21,02   | 45,19            | 534,63                                   | 15,81                 |
| Всего                         |                     |                                                                           |          | 82,73             | 53,78   | 163,76           | 1 519,19                                 | 106,86                |