Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №115

_____ /Васильева Л.А./

Васильева Людмила Александровна

Подписан цифровой подписью: Васильева Людмила Александровна
DN: O=ГБДОУ детский сад №115 Фрунзенского района Санкт-Петербурга, CN=Васильева Людмила Александровна, E=dou115frunz@yandex.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Расположение:
Дата: 2026.10.22 12:51:17 +03'00'
Foxit PDF Reader Версия: 2023.3.0

МЕНЮ

30 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,55	8,83	10,36	127,20	0,00
2024	ТК № 43	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200	17,02	18,07	12,56	281,34	1,36
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,19	0,01	7,93	33,75	1,15
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,30	10,30	47,01	5,00
Итого			**530**	**19,16**	**27,21**	**41,15**	**489,30**	**7,51**
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200	2,94	5,00	13,05	90,34	0,00
Итого			**200**	**2,94**	**5,00**	**13,05**	**90,34**	**0,00**
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,55	3,08	1,74	37,92	12,46
2024	ТК № 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	170/15/15	6,17	10,59	9,25	164,25	7,54
2024	ТК № 45	ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	70	9,97	13,66	12,92	218,01	2,27
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,43	2,44	34,79	183,11	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,18	0,03	7,48	29,63	0,15
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			**695**	**24,75**	**30,42**	**82,37**	**713,01**	**22,42**
Полдник								
2024	ТК № 46	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	11,30	8,54	2,53	132,07	0,31
2008	175	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ	130	5,20	12,56	11,12	179,08	32,43
2024	ТК № 47	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,30	0,07	15,44	64,08	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2011	431	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ	55	4,31	1,40	31,92	157,41	0,13
Итого			**480**	**24,31**	**23,48**	**82,34**	**638,93**	**32,87**
Всего				**71,16**	**86,11**	**218,91**	**1 931,58**	**62,80**

Медицинская сестра