

12 ЧАСОВ**УТВЕРЖДЕНО:**

Приказом по ГБДОУ детскому саду № 40
Кировского района Санкт-Петербурга
№ 15 от 18.03.2021

Заведующий _____ Н.В.Соснина

МЕНЮ САД 12.12.2025 ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		40	2,5	5,0	17,5	125,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,5	1	17,5	88,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		180	4,5	6,2	27,0	181,9
КРУПА РИСОВАЯ	27	26,7	1,8	0,3	19,2	86,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,7	61,7	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5 % ЖИРНОСТИ	95	95	2,7	2,3	4,5	49,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	3,4	3,4	0	0	3,3	13,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,6	0	32,7
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,2	2,6	12,6	87,2
КАКАО-ПОРОШОК	2,7	2,7	0,7	0,4	0,3	7,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5 % ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	103,2	103,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
		10,2	13,8	57,1	394,3	
II Завтрак						
ЙОГУРТ		125	3,5	3,1	5,6	70,6
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3,1	5,6	70,6
		3,5	3,1	5,6	70,6	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		60	0,9	3,6	4,9	54,6
СВЕКЛА	73,55	57	0,9	0,1	4,9	23,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/10	3,9	4,2	13,4	110,6
КАРТОФЕЛЬ	85,71	60	1,2	0,2	9,5	44,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	4,04	4	0,4	0	2,6	12,2
МОРКОВЬ	10,32	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,76	4	0,1	0	0,3	1,6
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	12	12	0,1	0	0,2	1,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	20,63	18,57	3,4	2,9	0	39,3
СМЕТАНА 15 % ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		70	11,7	15,3	11,4	229,4
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	71,94	51,8	9,4	8,1	0	110,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,6	12,6	0,9	0,4	6,3	32,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5 % ЖИРНОСТИ	18,2	18,2	0,5	0,5	0,9	9,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0	2,2	0	20,3

ГБДОУ детский сад № 40 Кировского района Санкт-Петербурга

СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,9	0	4,2	20,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0	4,1	0	36,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ОВОЩИ ,ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		150	1,5	0,1	6,8	34,6
МОРКОВЬ	71,23	55,2	0,7	0,1	3,7	18,7
РЕПА	30,81	22,8	0	0	0	0,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	18,46	12	0,4	0	0,8	4,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24	0,4	0	1,1	6,5
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2	0	0	1,2	4,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,8	3,8	0,4	0	2,6	12,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,2	36,2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15 % ЖИРНОСТИ	12,3	12,3	0,3	1,7	0,4	24,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		180	0,5		29,7	122,4
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	180	0,5	0	29,7	122,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	2	0,3	12,7	61,2
БАТОН		20	2,6	1,0	18,0	91,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	2,6	1	18	91,7
			23,1	24,5	96,9	704,5

Полдник

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,4	0,1	1,3	7,0
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50	0,4	0,1	1,3	7,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		140	15,0	14,5	13,0	242,5
ГОВЯДИНА Б/К	82	73,7	13,3	11,4	0	155,9
КАРТОФЕЛЬ	106,7	74,7	1,5	0,3	11,8	55,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,1	9,3	0,1	0	0,8	3,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ ЕРАФИНИРОВАННОЕ	2,9	2,9	0	2,8	0	25,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА		1,9	1,9	0,1	0	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ		180	0,1		5,8	26,2
КЛЮКВА	25,5	24,99	0,1	0	0,9	6,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	219,4	219,4	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,3	0,2	8,5	40,8
ПЕЧЕНЬЕ		40	3,0	3,9	29,8	166,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ .СОРТ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0,8	0,2	7,5	38,0
МАНДАРИН	135	100	0,8	0,2	7,5	38,0
			20,6	18,9	65,9	521,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		57,4	60,3	225,5	1690,7	