

Заведующий \_\_\_\_\_ Н.В.Соснина

## МЕНЮ САД 30.12.2025

## ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		40	6,1	6,5	10,0	123,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10	50,8
СЫР РОССИЙСКИЙ	22	20	4,6	5,9	0	72,8
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		180	4,4	6,6	25,9	181,2
КРУПА РИСОВАЯ	26	25,74	1,7	0,3	18,4	83,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,5	63,5	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	3,1	3,1	0	0	3	12,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
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	103	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8,4	8,4	0	0	8,1	32,5
		13,7	15,7	48,5	392,0	
<b>II Завтрак</b>						
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	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВ И ЯБЛОК		50	0,5	2,5	3,9	41,0
МОРКОВЬ	36	27	0,4	0	1,8	9,2
ЯБЛОКИ	25	22	0,1	0,1	2,1	10,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/10	4,1	5,3	7,4	98,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
КАРТОФЕЛЬ	34,29	24	0,5	0,1	3,8	17,9
МОРКОВЬ	10,32	8	0,1	0	0,6	2,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	15	13,5	2,4	2,1	0	28,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7	0	0	0	0,0
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0	0	0,1	0,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150/5	5,6	4,7	35,9	208,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,6	0,7	35,9	172,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		60/30	16,0	7,7	2,5	166,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6	0,3	0	1,7	8,4

ГБДОУ детский сад № 40 Кировского района Санкт-Петербурга

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25,5	25,5	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6	0,2	1,3	0,3	17,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	95,48	88,8	15,4	3,2	0	109,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,5	2,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		180	0,3	0,1	18,3	75,8
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13,6	13,6	0,3	0,1	8,6	37,1
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	209,8	209,8	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
		<b>28,5</b>	<b>20,6</b>	<b>80,7</b>	<b>651,1</b>	

**Полдник**

ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ		60	9,6	6,3	5,5	116,1
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	53,62	51,6	8,1	0,3	0	34,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12	0,2	0	1	4,8
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,53	2,4	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,8	4,8	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04шт.	1,61	0,2	0,2	0	2,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,2	7,2	1	0	4,3	20,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0	5,8	0	52,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,4	4,1	17,1	115,0
КАРТОФЕЛЬ	146,2	102,4	1,9	0,4	16,2	76,4
МОЛОКО ПАСТЕР.2,5% ЖИРНОСТИ	18,4	18,4	0,5	0,5	0,9	9,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,6	0,3	22,0	92,7
ШИПОВНИК СУХОЙ	21,6	21,6	0,7	0,3	10,1	59,5
САХАР ПЕСОК	12	12	0	0	11,6	46,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	216	216	0	0	0	0,0
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		70	7,1	4,3	25,4	168,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	27,3	27,3	2,8	0,4	18,5	88,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0	1	0	8,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08шт.	3,22	0,4	0,4	0	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР.2,5% ЖИРНОСТИ	8,2	8,2	0,2	0,2	0,4	4,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	18,5	18,5	3,2	1,6	0,6	30,4
ДРОЖЖИ ПРЕСОВАННЫЕ	0,9	0,9	0,1	0	0	0,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ВАНИЛИН	0,1	0,1	0	0	0	0,0
ЯЙЦАК УРИНЫЕ (ШТ.)	0,035шт.	1,41	0,2	0,2	0	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0	0,5	0	4,4
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
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ		80	0,7	0,2	6,5	34,4
АПЕЛЬСИН	119,4	80	0,7	0,2	6,5	34,4
		<b>21,7</b>	<b>15,4</b>	<b>85,0</b>	<b>567,3</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>67,4</b>	<b>54,8</b>	<b>219,8</b>	<b>1681,0</b>	

*ГБДОУ детский сад № 40 Кировского района Санкт-Петербурга*