

Белюкова Ольга Валерьевна

МЕНЮ

Подписано цифровой
подписью: Белюкова Ольга
Валерьевна
DN: cn=Белюкова Ольга
Валерьевна, o=ГБДОУ детский
сад №100 Центрального
района СПб, email=100@dou-
center.spb.ru, c=RU

30 сентября 2026

Ясли 12 часов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	2	2012
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,34	4,90	21,63	147,70	189	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,50	2,02	15,53	90,84	430	2008
Итого за прием пищи:	330	8,24	9,02	52,96	306,54		
II Завтрак							
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	100	0,40	0,40	9,80	47,00		2008
Итого за прием пищи:	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,79	1,70	4,86	38,20	51	2008
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5,04	5,77	5,46	95,15	88	2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	19,22	7,94	16,85	236,24	294	2012
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,06	0,01	11,83	48,82	436	2008
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	ТК №003	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,50	ТК №004	
Итого за прием пищи:	570	28,69	16,37	62,48	534,91		
Полдник							
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	120	10,35	15,86	8,72	219,00	308	2008
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	21,21	86,53	405	2008
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	3,25	2,75	23,14	130,21	471	2008
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	ТК №003	
Итого за прием пищи:	330	15,01	18,88	61,55	476,53		
Всего за день:		52,34	44,67	186,79	1 364,98		