

МЕНЮ
30 сентября 2026
Сад 12 часов

Белюкова
Ольга
Валерьевна

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

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	190	5,50	6,24	27,44	187,57	189	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,99	2,43	14,70	93,25	430	2008
Итого за прием пищи:	400	9,89	10,77	57,94	348,82		
II Завтрак							
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	110	0,44	0,44	10,78	51,70		2008
Итого за прием пищи:	110	0,44	0,44	10,78	51,70		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1,18	2,55	7,31	57,36	51	2008
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,61	6,41	6,07	105,88	88	2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	25,63	10,58	22,47	314,99	294	2012
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,07	0,01	14,77	60,82	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:	690	36,07	20,50	74,10	655,55		
Полдник							
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	12,94	19,76	10,86	273,15	308	2008
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,11	0,10	13,84	57,39	ТК№042	
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4,04	3,70	28,96	165,18	471	2008
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	ТК №003	
Итого за прием пищи:	405	18,75	23,78	64,26	546,71		
Всего за день:		65,15	55,49	207,08	1 602,78		