

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №35 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей Приморского района Санкт-Петербурга 197183, Санкт-Петербург, улица Школьная, дом 12, литер А

Каширская Л.В./

МЕНЮ

09 июля 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 122/1	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	13.30	11.90	3.10	190	0,17
ТТК № 22/1	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0.90	1.10	1.50	19	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.40	1.90	14.80	86	0,56
Итого			400	18.10	15.40	30.00	348	0,73
II Завтрак								
ТТК № 29/1	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5.00	4.50	19.80	97	0,30
Итого			180	5.00	4.50	19.80	97	0,30
Обед								
ТТК № 160/1	160/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60	0.90	3.10	11.80	79	0,00
ТТК № 134/1/1	134/1/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.50	4.30	7.70	83	11,00
ТТК № 110/1	110/1/1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	80	8.20	3.80	7.70	97	0,00
ТТК № 127/1	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2.00	4.30	19.50	125	10,30
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 113/1	113/1/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0.50	0.00	29.70	122	1,40
Итого			700	17.90	16.20	96.30	603	22,70
Полдник								
ТТК № 163/1	163/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80	7.50	9.90	7.30	145	0,00
ТТК № 147/1	147/1	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	140	2.80	8.00	23.80	182	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 91/1	91/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.20	0.00	6.40	26	0,00
ТТК № 18/1	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	4.60	3.80	20.50	134	0,00
Итого			477	16.40	21.90	67.30	531	0,00
Всего				57.40	58.00	213.40	1 579	23,73

Повар

Петрова Н.В