

# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 10

| Наименование блюда                              | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|   | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак   |           |          |                   |         |             |                               |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150       | 3,1      | 5,5               | 19,0    | 141,0       |                               |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                              | 30        | 1,6      | 0,5               | 17,6    | 81,0        |                               |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                   | 180       | 2,1      | 1,7               | 11,5    | 70,0        |                               |
|   |           | 6,8      | 7,7               | 48,1    | 292,0       |                               |
| II Завтрак                                      |           |          |                   |         |             |                               |
| РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%                             | 150       | 4,4      | 3,8               | 6,3     | 77,0        |                               |
|   |           | 4,4      | 3,8               | 6,3     | 77,0        |                               |
| Обед  |           |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                   | 40        | 0,5      | 2,1               | 3,5     | 34,0        |                               |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)   | 180       | 1,8      | 5,4               | 11,1    | 100,0       |                               |
| ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                     | 60        | 5,6      | 7,1               | 5,4     | 108,0       |                               |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                     | 110       | 2,3      | 3,3               | 20,9    | 116,0       |                               |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ                                   | 20        | 0,4      | 1,2               | 1,3     | 18,0        |                               |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20        | 1,3      | 0,2               | 9,3     | 44,0        |                               |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                               | 20        | 1,5      | 0,5               | 10,6    | 53,0        |                               |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)                  | 150       | 0,1      | 0,1               | 8,1     | 34,0        |                               |
|   |           | 13,5     | 19,9              | 70,2    | 507,0       |                               |
| Полдник   |           |          |                   |         |             |                               |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                 | 170       | 7,7      | 12,8              | 16,0    | 218,0       |                               |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20        | 1,3      | 0,2               | 9,3     | 44,0        |                               |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)                      | 150       | 0,5      | 0,0               | 24,8    | 102,0       |                               |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                          | 95        | 0,4      | 0,4               | 9,3     | 45,0        |                               |
|   |           | 9,9      | 13,4              | 59,4    | 409,0       |                               |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                  |           | 34,6     | 44,8              | 184,0   | 1 285,0     |                               |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 45 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА  
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Спичак Елена Дмитриевна,  
ЗАВЕДУЮЩИЙ

27.10.25 16:26 (MSK)

Сертификат C97743FDB1F8ED7C6779DEEEAF168C11

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114408

Владелец Спичак Елена Дмитриевна

Действителен с 17.04.2025 по 17.04.2026