

ПРИНЯТО  
Советом по питанию  
ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга

Протокол от 28.11.2025 №3



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга  
*А.А.Семенова*  
Приказ от 01.12.2025 №301

## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

#### ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		20	1,06	0,45	11,25	43,07	№007
ДЖЕМ	5	5	0,03	0,01	3,65	14,20	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА высш.сорт обог. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30	
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		130	2,07	5,71	17,58	145,89	№008
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	18,55	18,55	2,21	1,12	11,12	63,34	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	65	65	1,83	1,58	3,03	34,05	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,484	0,484	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0,00	0,00	3,39	13,55	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44	44	0,00	0,00	0,00	0,00	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	1,40	1,82	11,83	60,39	№009
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,30	0,00	1,56	7,45	
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00	
ГРУША		95	0,38	0,29	9,79	44,65	№368
ГРУША	105,45	95	0,38	0,29	9,79	44,65	
			4,91	8,27	50,45	294,00	
<b>II Завтрак</b>							
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ		170	3,70	4,25	6,60	73,50	№435
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	175,98	170	4,93	4,25	6,80	90,10	
			3,70	4,25	6,60	73,50	
<b>Обед</b>							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ		30	1,47	3,89	1,96	39,83	№011
СВЕКЛА	28,75	23	0,34	0,02	1,96	9,37	
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,5	5	1,16	1,48	0,00	18,20	

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,50	0,00	22,48	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/1	2,40	2,14	44,00	106,00	№025
КАРТОФЕЛЬ	81,43	57	1,11	0,22	9,01	42,57	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	6	6	0,64	0,08	4,10	19,67	
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	14,359	14	2,47	2,50	0,00	32,32	
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		160	9,20	6,86	14,52	186,28	№012
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	116,129	108	18,75	3,88	0,00	133,05	
КРУПА РИСОВАЯ	14,141	14	0,95	0,14	10,05	45,22	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	42,26	35,5	0,49	0,07	2,82	14,12	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,928	4,928	0,02	3,95	0,04	35,75	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,239 шт.	9,62	1,18	1,08	0,07	14,65	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,053 шт.	2,133	0,26	0,24	0,01	3,25	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0,00	0,00	0,00	0,00	
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,49	0,20	15,74	76,15	№013
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15	0,49	0,20	7,03	41,32	
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,58	10,29	52,40	№017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40	
		15,55	13,80	92,87	491,25		

### Полдник

ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,46	2,23	0,14	30,46		№213
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,497 шт.	20,004	2,46	2,23	0,14	30,47	
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		160	9,67	9,28	12,13	202,65	№014
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	100,46	80,365	1,41	0,08	3,67	21,83	
ГОВЯДИНА Б/К	74,964	63,27	11,42	9,82	0,00	133,79	
КРУПА РИСОВАЯ	7,247	7,153	0,49	0,07	5,13	23,11	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,01	11,765	0,16	0,02	0,93	4,68	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,482	1,482	0,01	1,18	0,01	10,76	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,105 шт.	4,226	0,52	0,48	0,03	6,43	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,22	1,31	0,31	17,98	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,368	2,368	0,25	0,03	1,61	7,67	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,116	14,116	0,00	0,00	0,00	0,00	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,09	0,00	0,33	1,78	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,095	0,095	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,282	0,282	0,00	0,00	0,00	0,00	

ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	№002
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	44,52	№034
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	№017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
		<b>17,44</b>	<b>14,77</b>	<b>42,51</b>	<b>399,00</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>41,60</b>	<b>41,09</b>	<b>192,43</b>	<b>1 257,75</b>	

ПРИНЯТО  
Советом по питанию  
ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 28.11.2025 №3



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга

*А.А.Семенова*

Приказ от 01.12.2025 №301

## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

#### ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		20	1,84	1,87	7,48	42,80	№059
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,5	5	1,16	1,48	0,00	18,20	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛО СЛИВОЧНЫМ		130	2,80	5,70	19,79	134,90	№050
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20,833	20,417	2,49	0,65	11,31	60,99	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,86	23,86	0,00	0,00	0,00	0,00	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	84,14	84,14	2,37	2,04	3,92	44,08	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28	
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0,00	0,00	3,39	13,55	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,417	0,417	0,00	0,00	0,00	0,00	
КАКАО С МОЛОКОМ		150	1,95	2,56	11,29	70,59	№019
КАКАО-ПОРОШОК	2,25	2,25	0,52	0,33	0,22	6,31	
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАНДАРИН		95	0,76	0,19	7,13	36,10	№049
МАНДАРИН	129,248	95	0,76	0,19	7,13	36,10	
			7,35	10,32	45,69	284,39	
<b>II Завтрак</b>							
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ		180	3,10	4,50	8,10	73,00	№020
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	186	180	5,04	4,50	8,12	101,72	
			3,10	4,50	8,10	73,00	
<b>Обед</b>							
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ		30	0,48	1,52	3,08	28,66	№040
КАПУСТА КВАШЕННАЯ	34,8	24,3	0,44	0,02	0,73	5,59	

ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	3,75	3	0,04	0,00	0,10	0,60	
САХАР ПЕСОК	2,25	2,25	0,00	0,00	2,25	8,98	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0,00	1,50	0,00	13,49	
БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/10	4,50	2,91	14,00	132,00		№053
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	20,615	20,1	3,55	3,59	0,00	46,40	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,04	2,55	0,04	0,01	0,20	1,02	
МОРКОВЬ	3,19	2,55	0,03	0,00	0,17	0,86	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,14	1,14	0,00	0,00	0,00	0,00	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	14,29	12	0,87	0,34	5,98	30,50	
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,497 шт.	20,004	2,46	2,23	0,14	30,47	
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	50	3,90	4,80	7,00	132,00		№063
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	33,254	32	4,97	0,18	0,00	21,42	
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	9	9	1,15	0,00	5,37	26,08	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	6	6	0,16	0,15	0,28	3,14	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7	7	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,192	0,192	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0,00	3,88	0,00	34,88	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	110	2,17	3,72	14,34	100,14		№322
КАРТОФЕЛЬ	110	77	1,49	0,30	12,17	57,51	
МОРКОВЬ	28,6	22,88	0,29	0,02	1,53	7,77	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13,2	13,2	0,37	0,32	0,61	6,92	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,85	3,85	0,02	3,08	0,03	27,94	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,85	0,05	6,78	27,09		№018
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	17	17	0,85	0,05	8,41	38,26	
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99		№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,66	0,22	10,60	50,99		
		13,16	13,22	55,80	470,88		

### Полдник

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,06	13,44	21,63	276,00		№006
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	123,067	121,333	21,18	10,59	3,53	198,90	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
КРУПА МАННАЯ	8,667	8,667	0,86	0,09	5,94	27,65	
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,154 шт.	6,199	0,77	0,69	0,04	9,44	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,467	3,467	0,00	3,36	0,00	30,23	
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,6	7,6	0,97	0,00	4,53	22,03	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,22	1,31	0,31	17,98	
СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,04	20,71		№387
ЯБЛОКИ	6,864	6,864	0,03	0,03	0,65	3,13	

САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0,00	0,00	3,48	13,93	
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	1,2	1,2	0,00	0,00	0,91	3,65	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0,45	0,15	14,30	60,00	№442
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	150	0,45	0,00	24,75	102,00	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,58	10,29	52,40	№017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40	
			<b>14,84</b>	<b>14,20</b>	<b>51,26</b>	<b>409,11</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>38,45</b>	<b>42,24</b>	<b>160,85</b>	<b>1 237,38</b>	

ПРИНЯТО  
Советом по питанию  
ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 28.11.2025 №3



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.А.Семенова  
Приказ от 01.12.2025 №301

## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

#### ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		

#### Завтрак

ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	130	6,56	10,31	13,34	187,80	№042
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,518 шт.	61,1	7,53	6,82	0,42	93,05
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	26	26	0,73	0,63	1,21	13,62
МОРКОВЬ	67,5	54	0,68	0,05	3,62	18,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С ВАРЕНИЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	№040
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148,8	148,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНИЕ	12	12	0,05	0,04	8,63	33,52
АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,70	40,85	№048
АПЕЛЬСИН	141,79	95	0,86	0,19	7,70	40,85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
		8,27	10,67	38,26	287,11	

#### II Завтрак

ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	180	3,10	4,50	8,10	73,00	№034
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	186	180	5,04	4,50	8,12	101,72
		3,10	4,50	8,10	73,00	

#### Обед

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,30	2,44	0,95	26,90	№020
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	38,39	38	0,30	0,04	0,95	5,32
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С  
КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ,  
СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ  
ПЕТРУШКИ

150/10/5

2,90

3,57

9,00

90,73

КАРТОФЕЛЬ	28,57	20	0,39	0,08	3,16	14,94	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	31,25	25	0,44	0,03	1,14	6,79	
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,07	0,00	0,28	1,48	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
ГОВЯДИНА Б/К	18,957	16	2,89	2,48	0,00	33,83	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99	
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48	
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ		50/20	6,75	6,24	7,45	109,00	№288/356
ГОВЯДИНА Б/К	45,42	38,33	6,92	5,95	0,00	81,05	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	7,5	7,5	0,54	0,21	3,74	19,06	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,28	0,24	0,47	5,24	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,96	3,33	0,05	0,01	0,26	1,33	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,5	2,5	0,01	2,00	0,02	18,14	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,17	1,02	0,24	13,99	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6	0,38	0,05	2,44	11,66	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,5	13,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,145	0,145	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,76	4	0,06	0,01	0,32	1,59	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	0,4	0,4	0,00	0,32	0,00	2,90	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,4	0,4	0,02	0,00	0,08	0,40	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,05	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		110	3,44	4,04	20,97	122,74	№047
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	36,222	35,86	4,38	1,14	19,87	107,14	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	85,03	85,03	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0,00	0,00	1,07	4,26	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,63	3,63	0,02	2,90	0,03	26,34	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,38	0,09	13,18	51,56	№031
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗНОМ)	17	17	0,38	0,09	10,85	46,34	
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,73	0,73	12,88	65,63	№017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50	
		16,19	17,24	70,79	497,15		
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		60	5,60	2,70	23,00	119,00	№269

**Полдник**

РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	43,645	42	6,52	0,24	0,00	28,11	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,46	0,56	9,97	50,83	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,728	8,728	0,24	0,21	0,41	4,57	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,298 шт.	11,995	1,47	1,34	0,08	18,27	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,182	2,182	0,01	1,75	0,02	15,83	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,34	0,29	0,56	6,29	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,08	2,08	0,01	1,67	0,02	15,09	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,8	4,8	0,50	0,06	3,26	15,55	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,4	2,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,128	0,128	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,44	3,74	16,63	110,14	№335
КАРТОФЕЛЬ	142,86	100	1,94	0,39	15,81	74,69	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	17,6	16,867	0,48	0,41	0,79	8,84	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,667	3,667	0,02	2,94	0,03	26,61	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,73	0,15	14,70	62,57	№442
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50	
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ		40	1,29	2,40	19,00	97,36	№451
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	16,1	16,1	1,69	0,20	10,91	52,16	
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1	0,00	0,00	1,07	4,26	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,475	0,475	0,00	0,38	0,00	3,44	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,25	0,25	0,00	0,00	0,00	0,00	
ДРОЖЖИ	0,673	0,673	0,09	0,01	0,01	0,50	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,5	7,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,76	0,76	0,08	0,01	0,51	2,46	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	27	21,6	0,38	0,02	0,99	5,87	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,26	1,26	0,00	1,22	0,00	10,99	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,034 шт.	1,369	0,16	0,16	0,01	2,09	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,54	0,54	0,00	0,52	0,00	4,70	
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,21	0,198	0,01	0,00	0,02	0,10	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,18	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,001 шт.	0,04	0,01	0,00	0,00	0,06	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
			10,75	9,12	79,69	419,66	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			38,31	41,53	196,84	1 276,92	

ПРИНЯТО  
Советом по питанию  
ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 28.11.2025 №3



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга  
*Леся*  
А.А.Семенова  
Приказ от 01.12.2025 №301

## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

#### ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		20	1,06	0,45	11,25	43,07	№007
ДЖЕМ	5	5	0,03	0,01	3,65	14,20	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА высш.сорт обог. микронутриентами	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30	
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		130	3,50	5,84	22,30	143,04	№045
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	24,194	24,194	2,70	0,30	15,94	77,21	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	63	63	1,78	1,53	2,93	33,00	
Соль йодированная	0,484	0,484	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0,00	0,00	3,39	13,55	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42	42	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	№040
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148,8	148,8	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВАРЕНЬЕ	12	12	0,05	0,04	8,63	33,52	
БАНАН		95	1,43	0,48	15,95	80,20	№368
БАНАН	158,65	95	1,43	0,48	19,95	91,20	
		6,15	6,81	6,03	294,18		
<b>II Завтрак</b>							
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ		170	3,70	4,25	6,60	73,50	№435
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	175,98	170	4,93	4,25	6,80	90,10	
		3,70	4,25	6,60	73,50		
<b>Обед</b>							
СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ		20/20	2,19	3,61	1,69	53,64	№029
РЫБА СЕЛЬДЬ АТЛАНТИЧЕСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ НЕРАЗДЕЛАННАЯ	41,6	20	3,40	1,70	0,00	29,00	
СВЕКЛА	24,75	19,8	0,29	0,02	1,69	8,07	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98	

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	4,52	6,41	13,73	119,90	№083
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	114,29	80	1,55	0,31	12,65	59,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	25,33	22,8	4,11	3,54	0,00	48,21
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,38	2	0,03	0,00	0,16	0,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,135 шт.	5,434	0,67	0,60	0,04	8,27
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,18	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	50	5,58	9,14	9,18	114,00	№282
ГОВЯДИНА Б/К	47,393	40	7,22	6,21	0,00	84,58
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,1	10,1	0,74	0,28	5,03	25,67
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,333	3,333	0,02	2,67	0,03	24,18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	11,7	11,7	0,33	0,28	0,54	6,13
КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	1,21	2,14	6,77	51,66	№333
КАБАЧКИ	136	102	0,59	0,30	4,55	23,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,073	0,073	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,08	13,01	53,58	№022
ЯБЛОКИ	23,636	20,8	0,08	0,08	1,98	9,49
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	5,6	5,6	0,01	0,00	4,25	17,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,8	147,8	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	№017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
		15,58	22,09	61,03	475,77	

### Полдник

ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	40	0,50	0,00	1,90	10,09	№058
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	53,332	40	0,52	0,00	1,96	10,40
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	50	4,69	5,07	11,10	110,19	№055
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	41,671	40,1	6,23	0,23	0,00	26,84

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,333	8,333	0,60	0,23	4,15	21,18	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,167	9,167	0,26	0,22	0,43	4,80	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,169 шт.	6,802	0,83	0,76	0,05	10,36	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,98	2,5	0,04	0,01	0,20	1,00	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,57	0,19	10,18	48,60	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0,00	3,40	0,00	30,53	
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		110	2,05	3,60	10,69	101,14	№127
КАРТОФЕЛЬ	112,86	79	1,53	0,31	12,49	59,01	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	31,9	31,9	0,90	0,78	1,48	16,71	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77	77	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0,45	0,15	14,30	60,00	№442
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	150	0,45	0,00	24,75	102,00	
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		45	1,87	0,81	12,95	113,00	№477
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,65	34,65	3,63	0,44	23,49	112,26	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,35	1,35	0,15	0,02	0,91	4,37	
ДРОЖОЖИ	0,7	0,7	0,09	0,01	0,01	0,52	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,50	0,44	0,83	9,43	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,45	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			10,25	9,76	57,30	425,01	
			35,68	42,91	185,29	1 268,46	

ПРИНЯТО  
Советом по питанию  
ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 28.11.2025 №3



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга  
*Семёнова*  
А.А.Семенова  
Приказ от 01.12.2025 №301

## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

#### ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		

#### Завтрак

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,84	1,87	7,48	42,80	№059
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,5	5	1,16	1,48	0,00	18,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА высш.сорт обог. микронутриентами	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
КАША "ДРУЖБА"	130	3,08	5,71	21,09	141,70	№027
КРУПА РИСОВАЯ	6,465	6,4	0,44	0,06	4,60	20,67
ПШЕНО	6,465	6,4	0,72	0,16	4,37	21,85
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,5	97,5	2,75	2,37	4,54	51,07
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0,02	3,12	0,03	28,29
САХАР ПЕСОК	7,8	7,8	0,00	0,00	7,55	30,19
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34	№023
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	97,667	97,667	2,75	2,37	4,55	51,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29	29	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	44,52	№034
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51
		9,86	12,25	44,59	289,36	

#### II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ	150	0,73	0,14	18,41	71,71	№442
СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	150	0,75	0,00	19,05	82,50
		0,73	0,14	18,41	71,71	

#### Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	№021
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	50	40	0,32	0,04	0,68	5,20

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39	№028
СВЕКЛА	26,25	21	0,31	0,02	1,79	8,56
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ	21,43	15	0,29	0,06	2,38	11,20
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	18,96	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ		160	5,71	6,12	10,75	214,07
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	51,282	50	8,83	8,92	0,00	115,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ		2,8	2,8	0,00	2,72	0,00
КАРТОФЕЛЬ	111,43	78	1,51	0,30	12,33	58,26
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,486	5,486	0,25	0,00	1,01	5,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,88	9,143	0,13	0,02	0,73	3,64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,657	3,657	0,00	3,54	0,00	31,89
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,1	4,1	0,43	0,05	2,78	13,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		150	0,77	0,05	18,45	77,85
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	5,6	5,6	0,01	0,00	4,25	17,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,55	0,72	12,77	65,11
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,88	0,73	12,85	65,50
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
		12,25	12,32	56,92	481,21	

### Полдник

ПОМИДОР СВЕЖИЙ		30	0,33	0,06	1,14	7,20	№056
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30,31	30	0,33	0,06	1,14	7,20	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ		60	6,90	7,70	6,60	114,00	№289
ГОВЯДИНА Б/К	56,872	48	8,66	7,45	0,00	101,50	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		12	12	0,87	0,34	5,98	30,50
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13	13	0,37	0,32	0,60	6,81	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ		2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ		110	3,21	6,55	19,72	111,00	№205

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	26	26	2,77	0,33	17,78	85,24	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,54	1,54	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	184,8	184,8	0,00	0,00	0,00	0,00	
МОРКОВЬ	12,5	10	0,13	0,01	0,67	3,40	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,378	7,04	0,10	0,01	0,56	2,80	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6,16	6,16	0,29	0,00	1,13	6,09	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6,4	6,4	0,00	6,20	0,00	55,81	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50	№016
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09	
ЛИМОН	6,667	4	0,04	0,00	0,12	1,32	
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	3,71	3,25	21,89	125,60	№249
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	25	25	2,62	0,32	16,96	81,00	
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7	0,00	0,00	2,61	10,45	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1	1	0,01	0,81	0,01	7,26	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,035 шт.	1,409	0,17	0,16	0,01	2,14	
ДРОЖЖИ	0,32	0,32	0,04	0,01	0,01	0,24	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	20	20	3,49	1,75	0,58	32,79	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8	0,09	0,01	0,54	2,59	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	0,8	0,8	0,00	0,64	0,01	5,80	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,043 шт.	1,731	0,21	0,19	0,01	2,64	
САХАР ПЕСОК	3,8	3,8	0,00	0,00	3,68	14,71	
ВАНИЛИН	0,002	0,002	0,00	0,00	0,00	0,00	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,026 шт.	1,047	0,13	0,12	0,01	1,59	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>14,97</b>	<b>17,69</b>	<b>62,79</b>	<b>417,89</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>37,81</b>	<b>42,40</b>	<b>182,71</b>	<b>1 260,17</b>	

ПРИНЯТО  
Советом по питанию  
ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 28.11.2025 №3

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.А.Семенова  
Приказ от 01.12.2025 №301



## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

#### ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		

#### Завтрак

БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,84	1,87	7,48	42,80	№059
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,5	5	1,16	1,48	0,00	18,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89	№008
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	18,55	18,55	2,21	1,12	11,12	63,34
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	65	65	1,83	1,58	3,03	34,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,484	0,484	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0,00	0,00	3,39	13,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44	44	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	№009
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,30	0,00	1,56	7,45
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,70	40,85	№048
АПЕЛЬСИН	141,79	95	0,86	0,19	7,70	40,85
		6,17	9,59	44,59	289,93	

#### II Завтрак

ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	180	3,10	4,50	8,10	73,00	№020
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	186	180	5,04	4,50	8,12	101,72
		3,10	4,50	8,10	73,00	

#### Обед

САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	40	0,34	2,04	0,74	23,39	№020
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	40,4	32,4	0,26	0,03	0,55	4,21
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,5	6	0,08	0,01	0,19	1,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	2,00	0,00	17,98

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/25/1	4,10	3,00	29,00	141,00	№036
КАРТОФЕЛЬ	45,71	32	0,62	0,13	5,06	23,90
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,08	16	3,57	0,25	7,47	46,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	47,62	40	2,91	1,13	19,94	101,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		60	8,10	6,54	6,10	132,00
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	77,419	72	12,50	2,58	0,00	88,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
МОРКОВЬ	12	9,6	0,12	0,01	0,64	3,26
КАРТОФЕЛЬ	8,57	6	0,12	0,02	0,95	4,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6,6	6,6	0,03	5,29	0,05	47,89
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,174 шт.	7,004	0,86	0,79	0,05	10,67
РАГУ ОВОЩНОЕ		110	1,55	4,54	9,93	89,90
КАРТОФЕЛЬ	50,29	35,2	0,68	0,14	5,57	26,29
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,24	4,4	0,06	0,01	0,35	1,75
РЕПА	18,43	13,64	0,00	0,00	0,00	0,00
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24,75	19,8	0,35	0,02	0,90	5,37
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,2	3,2	0,02	2,56	0,03	23,22
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,96	2,96	0,31	0,04	2,01	9,59
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27,873	27,873	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13	13	0,33	1,89	0,45	25,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,093	0,093	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,183	0,183	0,00	0,00	0,00	0,00
ТЫКВА СВЕЖАЯ	13,976	11,88	0,12	0,01	0,50	2,65
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,09	0,07	9,03	30,35
ГРУША	25	22,5	0,09	0,07	2,25	10,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,03	0,44	7,71	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
		15,90	16,76	68,87	486,53	

### Полдник

ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	9,60	№056
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,44	0,08	1,52	9,60
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	7,83	8,20	28,06	216,00	№033
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	63,59	62	10,94	11,07	0,00	143,13
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	6	6	0,03	4,80	0,05	43,53

МОРКОВЬ	28,75	23	0,29	0,02	1,54	7,81	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,24	17	0,23	0,03	1,35	6,76	
КРУПА РИСОВАЯ	35,354	35	2,38	0,34	25,12	113,05	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,09	0,00	6,96	28,18	№002
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09	
ПРЯНИКИ		20	1,18	0,94	25,00	71,30	№039
ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20	
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ		100	2,80	2,50	4,51	44,52	№034
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,80	2,50	4,51	56,51	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	0,92	0,17	8,46	40,68	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79	
			<b>13,26</b>	<b>11,89</b>	<b>74,51</b>	<b>410,28</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>38,43</b>	<b>42,74</b>	<b>196,07</b>	<b>1 259,74</b>	

ПРИНЯТО  
Советом по питанию  
ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга

Протокол от 28.11.2025 №3

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга

А.А.Семёнова

Приказ от 01.12.2025 №301



## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

#### ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		

#### Завтрак

БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,07	№007
ДЖЕМ	5	5	0,03	0,01	3,65	14,20
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,72	20,29	146,02	№001
КРУПА РИСОВАЯ	18,548	18,548	1,26	0,18	13,32	59,91
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76,14	76,14	2,14	1,84	3,54	39,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,484	0,484	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0,00	0,00	3,39	13,55
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,86	32,86	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39	№009
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,30	0,00	1,56	7,45
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,11	1,82	3,49	39,29
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	44,52	№034
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	
		7,33	10,49	47,88	294,00	

#### II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,15	0,15	14,70	67,00	№442
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,75	0,15	15,15	64,50
		0,15	0,15	14,70	67,00	

#### Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,59	№038
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,31	39,9	0,32	0,04	1,00	5,59
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	3,10	2,70	9,80	99,00	№054
КАРТОФЕЛЬ	108,57	76	1,47	0,29	12,02	56,76

МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,07	0,00	0,28	1,48	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	29,026	27,931	4,34	0,16	0,00	18,69	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,286	8,286	0,60	0,23	4,13	21,06	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,077 шт.	3,099	0,38	0,35	0,02	4,72	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,028	1,028	0,01	0,82	0,01	7,46	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,5	4,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
СУФЛЕ КУРИНОЕ		50	5,80	6,30	22,42	140,29	№310
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	34,091	34,091	0,96	0,82	1,59	17,86	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,9	6,9	0,73	0,09	4,68	22,36	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,818	6,818	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	47,982	34,545	6,10	6,17	0,00	79,75	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,321 шт.	12,92	1,59	1,45	0,09	19,67	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0,01	2,16	0,02	19,59	
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		120	1,40	3,52	13,25	103,97	№317
ТЫКВА СВЕЖАЯ	33,6	26,04	0,25	0,03	1,12	5,81	
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,68	0,14	5,54	26,14	
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	18,463	12	0,36	0,02	0,76	4,66	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,3	26,64	0,47	0,03	1,21	7,24	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,5	20,5	0,57	0,49	0,95	10,74	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,984	5,984	0,03	4,79	0,05	43,42	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,2	4,2	0,44	0,05	2,85	13,61	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,5	20,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	0,41	0,41	0,00	0,00	0,40	1,59	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,328	0,328	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		150	0,09	0,09	9,79	40,77	№015
ЯБЛОКИ	24,432	21,5	0,09	0,09	2,05	9,81	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,26	0,22	10,60	50,99	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,03	0,44	7,71	39,30	№017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30	
		13,00	13,31	74,57	479,91		

### Полдник

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		30	0,37	0,03	3,41	15,69	№035
МОРКОВЬ	36,38	29,1	0,37	0,03	1,95	9,88	
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,50	5,99	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	1,00	0,00	8,99	

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,06	13,44	21,63	276,00	№006
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	123,067	121,333	21,18	10,59	3,53	198,90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
КРУПА МАННАЯ	8,667	8,667	0,86	0,09	5,94	27,65
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,154 шт.	6,199	0,77	0,69	0,04	9,44
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,467	3,467	0,00	3,36	0,00	30,23
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,6	7,6	0,97	0,00	4,53	22,03
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,22	1,31	0,31	17,98
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	2,58	4,59	8,80	99,00	№434
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	189	189	5,32	4,59	8,80	99,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30	№017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30
		<b>17,04</b>	<b>18,50</b>	<b>41,55</b>	<b>429,99</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>37,52</b>	<b>42,45</b>	<b>178,70</b>	<b>1 270,90</b>	

ПРИНЯТО  
Советом по питанию  
ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 28.11.2025 №3

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга

А.А.Семенова

Приказ от 01.12.2025 №301



## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

### ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ		10	0,30	0,02	0,63	3,88	№032
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	15,385	10	0,30	0,02	0,63	3,88	
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	6,96	12,00	2,08	187,00	№061
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,814 шт.	73,014	8,99	8,15	0,49	111,19	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	32,328	32,328	0,91	0,79	1,50	16,94	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,31	4,31	0,02	3,45	0,03	31,27	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	7	7	0,04	5,61	0,06	50,79	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,078	1,078	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,09	0,00	6,96	28,18	№002
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09	
ГРУША		95	0,38	0,29	9,79	44,65	№368
ГРУША	105,45	95	0,38	0,29	9,79	44,65	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59	
		8,42	12,44	25,82	294,30		
<b>II Завтрак</b>							
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ		180	3,10	4,50	8,10	72,00	№062
РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	186,01	180	5,22	4,50	7,56	97,20	
		3,10	4,50	8,10	72,00		
<b>Обед</b>							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ		40	0,44	2,46	1,51	30,69	№027
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	6	4,8	0,06	0,00	0,15	0,96	
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	24,25	24	0,26	0,05	0,91	5,76	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58	
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	12,268	9,2	0,12	0,00	0,45	2,39	

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39	№028
СВЕКЛА	26,25	21	0,31	0,02	1,79	8,56
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26
КАРТОФЕЛЬ	21,43	15	0,29	0,06	2,38	11,20
МОРКОВЬ	9,38	7,5	0,10	0,01	0,50	2,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,21	0,00	0,83	4,45
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	18,96	16	2,89	2,48	0,00	33,83
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48
ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ		60	5,06	5,77	11,60	121,71
ГОВЯДИНА Б/К	36,967	31,2	5,63	4,84	0,00	65,98
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		12	12	0,87	0,34	5,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,36	9,36	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	26,53	22,284	0,30	0,04	1,78	8,87
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0,00	4,66	0,00	41,86
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,137 шт.	5,514	0,68	0,61	0,04	8,40
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,26	1,2	0,04	0,00	0,09	0,57
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6,36	6,36	0,81	0,00	3,79	18,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,49	0,00	31,39
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		110	2,41	3,60	10,69	101,14
КАРТОФЕЛЬ	112,86	79	1,53	0,31	12,49	59,01
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	31,9	31,9	0,90	0,78	1,48	16,71
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,02	2,41	0,02	21,77
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77	77	0,00	0,00	0,00	0,00
СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ		150	0,73	0,14	18,48	72,00
СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	150	0,75	0,00	19,05	82,50
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,58	10,29	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
			13,84	17,94	66,84	496,92

### Полдник

РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60	5,56	4,21	0,26	90,00	№245
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	78,977	76	11,80	0,45	0,00	50,87
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,73	2,291	0,03	0,00	0,18	0,91
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,327	0,327	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10,909	10,909	0,05	8,73	0,09	79,15

ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	110	2,25	2,53	13,26	94,78	№330
КАРТОФЕЛЬ	78,57	55	1,07	0,21	8,70	41,08
МОРКОВЬ	31,56	25,25	0,32	0,03	1,69	8,57
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	21,94	17,55	0,31	0,02	0,80	4,76
БРЮКВА	14,85	14,85	0,17	0,01	1,11	5,33
РЕПА	20,07	14,85	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7,7	7,7	0,21	0,18	0,36	4,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,85	3,85	0,02	3,08	0,03	27,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	37,84	№040
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148,8	148,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ	12	12	0,05	0,04	8,63	33,52
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	2,57	3,24	40,00	135,70	№479
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	23	23	2,41	0,29	15,60	74,52
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,85	0,85	0,09	0,01	0,57	2,75
САХАР ПЕСОК	2,24	2,24	0,00	0,00	2,17	8,67
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,53	0,53	0,00	0,43	0,00	3,84
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,112 шт.	4,508	0,55	0,50	0,03	6,87
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	4,59	4,59	0,13	0,11	0,21	2,41
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	7,08	7,08	1,23	0,62	0,20	11,61
ДРОЖЖИ	0,6	0,6	0,08	0,01	0,01	0,45
ВАНИЛИН	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,017 шт.	0,684	0,09	0,08	0,00	1,04
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,01	0,17	8,46	40,68	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		11,55	10,19	72,84	399,00	
		36,91	45,07	173,60	1 262,22	

ПРИНЯТО  
Советом по питанию  
ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга

Протокол от 28.11.2025 №3

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга

А.А.Семенова

Приказ от 01.12.2025 №301



## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

#### ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		20	1,84	1,87	7,48	42,80	№059
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,5	5	1,16	1,48	0,00	18,20	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА высш.сорт обог. микронутриентами	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30	
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		130	2,40	6,18	22,92	141,63	№024
ПШЕНО	24,25	24,25	2,71	0,64	16,56	82,80	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	63	63	1,78	1,53	2,93	33,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0,00	0,00	3,39	13,55	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	42	42	0,00	0,00	0,00	0,00	
КАКАО С МОЛОКОМ		150	1,95	2,56	11,29	70,59	№019
КАКАО-ПОРОШОК	2,25	2,25	0,52	0,33	0,22	6,31	
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92	2,59	2,23	4,29	48,19	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65	65	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЯБЛОКО		95	0,38	0,38	9,31	39,65	№368
ЯБЛОКИ	108,3	95	0,38	0,38	9,31	44,65	
		<b>6,57</b>	<b>10,99</b>	<b>51,00</b>	<b>294,67</b>		
<b>II Завтрак</b>							
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ		150	3,20	3,75	5,80	67,00	№435
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	155,28	150	4,35	3,75	6,00	79,50	
			<b>3,20</b>	<b>3,75</b>	<b>5,80</b>	<b>67,00</b>	
<b>Обед</b>							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,44	0,08	1,52	9,60	№056
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40	0,44	0,08	1,52	9,60	

СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЫЮ ПЕТРУШКИ	150/20/5		4,50	6,05	15,99	110,10	№044
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12	0,21	0,01	0,54	3,26	
КАРТОФЕЛЬ	52,86	37	0,72	0,15	5,85	27,64	
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	6,924	4,5	0,14	0,01	0,28	1,75	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
ГОВЯДИНА Б/К	37,9	31,988	5,77	4,97	0,00	67,64	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99	
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50		2,41	3,35	4,03	57,96	№256
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	31,175	30	4,66	0,17	0,00	20,08	
МОРКОВЬ	14,21	11,364	0,15	0,01	0,76	3,86	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11	0,81	0,31	5,48	27,96	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,25	2,727	0,04	0,01	0,21	1,09	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,122 шт.	4,911	0,60	0,54	0,03	7,48	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,636	3,636	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,364	1,364	0,01	1,10	0,01	9,89	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130		2,52	3,97	20,43	117,80	№123
КАРТОФЕЛЬ	184,29	129,004	2,50	0,50	20,40	96,35	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,334	4,334	0,02	3,47	0,03	31,45	
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150		0,09	0,06	25,42	99,96	№003
ВАРЕНЬЕ	20	20	0,08	0,06	14,39	55,87	
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09	
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	5,6	5,6	0,01	0,00	4,25	17,00	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	143,25	143,25	0,00	0,00	0,00	0,00	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,37	0,59	10,25	52,27	№017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,12	0,18	8,48	40,79	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79	
			12,45	14,28	86,12	488,48	

**Полдник**

ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,46	2,23	0,14	30,46	№213
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,497 шт.	20,004	2,46	2,23	0,14	30,47
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	9,67	9,28	12,13	202,65	№014
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	106,71	85,365	1,49	0,09	3,89	23,18
ГОВЯДИНА Б/К	74,964	63,27	11,42	9,82	0,00	133,79
КРУПА РИСОВАЯ	7,247	7,153	0,49	0,07	5,13	23,11
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,01	11,765	0,16	0,02	0,93	4,68
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,482	1,482	0,01	1,18	0,01	10,76
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,105 шт.	4,226	0,52	0,48	0,03	6,43
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,22	1,31	0,31	17,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,368	2,368	0,25	0,03	1,61	7,67
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,116	14,116	0,00	0,00	0,00	0,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,8	1,8	0,09	0,00	0,33	1,78
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,095	0,095	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,282	0,282	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,18	0,04	10,40	43,80	№057
АПЕЛЬСИН	32,09	21,5	0,18	0,04	1,69	8,97
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	9	9	0,00	0,00	8,71	34,83
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,87	0,81	12,95	113,00	№477
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	34,65	34,65	3,63	0,44	23,49	112,26
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,35	1,35	0,15	0,02	0,91	4,37
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,09	0,01	0,01	0,52
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,50	0,44	0,83	9,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,45	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>15,30</b>	<b>12,54</b>	<b>44,10</b>	<b>430,70</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>37,52</b>	<b>41,56</b>	<b>187,02</b>	<b>1 280,85</b>	

ПРИНЯТО  
Советом по питанию  
ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 28.11.2025 №3

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ГБДОУ детским садом №28  
Невского района Санкт-Петербурга  
А.А.Семенова

Приказ от 01.12.2025 №301



**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		20	1,06	0,45	11,25	43,07	№007
ДЖЕМ	5	5	0,03	0,01	3,65	14,20	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	1,13	0,44	7,71	39,30	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		130	4,05	4,66	27,35	139,74	№051
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	39,968	39,968	4,27	0,50	27,33	131,04	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,496	0,496	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2,975	2,975	0,01	2,38	0,02	21,58	
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,1	11	2,47	3,15	0,00	38,84	
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	2,14	2,17	11,51	60,34	№023
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09	
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	97,667	97,667	2,75	2,37	4,55	51,16	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29	29	0,00	0,00	0,00	0,00	
АПЕЛЬСИН		95	0,86	0,19	7,70	40,85	№048
АПЕЛЬСИН	141,79	95	0,86	0,19	7,70	40,85	
			8,11	7,47	57,81	284,00	
<b>II Завтрак</b>							
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ		180	3,10	4,50	8,10	73,00	№020
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	186	180	5,04	4,50	8,12	101,72	
			3,10	4,50	8,10	73,00	
<b>Обед</b>							
СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ		40	2,40	4,41	3,08	60,27	№059
РЫБА СЕЛЬДЬ АТЛАНТИЧЕСКАЯ	41,6	20	3,40	1,70	0,00	29,00	
КАРТОФЕЛЬ	27,62	19,333	0,38	0,08	3,06	14,44	

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0,00	3,50	0,00	31,47	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,033	0,033	0,00	0,00	0,00	0,00	
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/15/5	3,90	4,60	9,51	112,06	№030
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04	
КАРТОФЕЛЬ	74,29	52	1,01	0,20	8,23	38,84	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39	
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	10,2	9	0,07	0,01	0,15	1,13	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0,00	0,00	0,00	0,00	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	
ГОВЯДИНА Б/К	28,436	24	4,33	3,72	0,00	50,75	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,13	0,73	0,17	9,99	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0,00	1,94	0,00	17,44	
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,05	1	0,04	0,00	0,08	0,48	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)		50	5,78	4,10	4,35	101,00	№122
ГОВЯДИНА Б/К	42,225	38	6,86	5,90	0,00	80,35	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	7,5	7,5	0,54	0,21	3,74	19,06	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	13	13	0,37	0,32	0,60	6,81	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,45	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5	0,01	1,20	0,01	10,88	
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ		110	2,69	2,09	5,68	52,67	№320
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	163,636	85,091	2,07	0,25	3,46	24,76	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,073	0,073	0,00	0,00	0,00	0,00	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	15	15	0,43	0,37	0,70	7,86	
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,38	0,09	13,18	51,56	№031
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	17	17	0,38	0,09	10,85	46,34	
САХАР ПЕСОК	6	6	0,00	0,00	5,81	23,22	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,26	0,22	10,60	50,99	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,58	10,29	52,40	№017
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40	
		17,71	16,09	56,69	480,95		

### Полдник

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,59		№038
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,31	39,9	0,32	0,04	1,00	5,59	

ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		130	5,80	12,70	15,01	219,00	№219
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,563 шт.	62,911	7,75	7,01	0,43	95,81	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	47,9	47,9	1,35	1,16	2,23	25,09	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,25	6,25	0,66	0,08	4,24	20,25	
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	30,769	20	0,60	0,04	1,26	7,76	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,118	6,118	0,03	4,90	0,05	44,39	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,765	0,765	0,00	0,00	0,00	0,00	
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	№040
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,45	0,45	0,09	0,00	0,18	1,09	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148,8	148,8	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВАРЕНЬЕ	12	12	0,05	0,04	8,63	33,52	
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		40	1,88	1,68	20,00	112,80	№464
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	28,4	28,4	2,98	0,36	19,25	92,01	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,13	0,02	0,81	3,89	
САХАР ПЕСОК	4	4	0,00	0,00	3,87	15,48	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,88	0,88	0,00	0,71	0,01	6,38	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00	27,91	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,021 шт.	0,845	0,11	0,10	0,01	1,29	
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00	
ДРОЖКИ	0,6	0,6	0,08	0,01	0,01	0,45	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72	
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5%	12,48	12,48	0,35	0,30	0,58	6,54	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,12	0,18	8,48	40,79	№041
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,32	0,18	8,48	40,79	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>9,28</b>	<b>14,64</b>	<b>55,35</b>	<b>406,05</b>	
			<b>38,20</b>	<b>42,70</b>	<b>177,95</b>	<b>1 244,00</b>	