

Утверждаю

Государственное бюджетное
общее среднее образовательное учреждение
ГБОУ СОШ 358, Кузнецовская д.13
Министерства образования и науки Санкт-Петербурга
заведующий
/Распономарева Н.И./

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД

на 18 мая 2026 г.

Ясли 12 часов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины					
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	D, мкг	B2, мг
Завтрак											
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,86	1,89	7,55	43,23	0,02	0,04	0,02	0,02	0,00	0,02
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,80	5,70	19,79	134,90	0,09	0,44	0,03	1,47	0,08	0,13
КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,95	2,56	11,29	70,59	0,03	0,48	0,01	0,00	0,00	0,10
МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	0,06	36,10	0,01	0,19	0,00	0,03
Итого за прием пищи:		7,37	10,34	45,76	284,82	0,20	37,06	0,07	1,68	0,08	0,28
II Завтрак											
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	120	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед											
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	30	0,48	1,50	3,05	28,37	0,00	8,11	0,01	0,65	0,00	0,00
БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/1 0	4,50	2,91	14,00	132,00	0,03	0,89	0,13	0,49	0,44	0,11
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	51	7,71	6,32	5,81	110,78	0,02	0,00	0,00	1,80	0,00	0,01
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	110	2,17	3,72	14,34	100,14	0,09	6,69	0,48	0,30	0,06	0,07
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,85	0,05	6,78	27,09	0,02	0,27	0,10	0,00	0,00	0,03
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99	0,05	0,00	0,00	0,55	0,00	0,02
Итого за прием пищи:		16,97	14,72	54,58	449,37	0,21	15,96	0,72	3,79	0,50	0,24
Полдник											
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	13,06	13,44	21,63	276,00	0,06	0,25	0,08	1,80	0,14	0,28
СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,09	20,92	0,00	0,28	0,00	0,04	0,00	0,00
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Итого за прием пищи:		14,39	14,06	37,01	349,32	0,08	0,53	0,08	1,84	0,14	0,29
Всего за день:		38,73	39,11	137,35	1 083,51	0,49	53,55	0,87	7,31	0,72	0,81