

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 детский сад № 93 Красносельского района Санкт-Петербурга  
 (ГБДОУ детский сад № 93 Красносельского района СПб)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий *С.Г. Положенцева*  
 12.12.2025



## МЕНЮ

12 декабря 2025 г.

Сад 12 часов ( 1 здание )

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,42	5,92	32,33	200,73	0,38
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>7,66</b>	<b>10,02</b>	<b>47,73</b>	<b>296,73</b>	<b>0,38</b>
<b>II Завтрак</b>								
TK№020		БАНАН СВЕЖИЙ	100	0,34	0,26	8,84	40,32	4,29
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,34</b>	<b>0,26</b>	<b>8,84</b>	<b>40,32</b>	<b>4,29</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,67	2,11	3,95	37,38	1,85
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,26	7,32	20,71	175,95	8,54
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,40	4,00	9,30	135,30	0,50
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	0,00
TK№047		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,11	0,11	9,24	39,02	1,13
TK №003		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
TK №004		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>25,02</b>	<b>17,89</b>	<b>86,10</b>	<b>626,45</b>	<b>12,02</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	6,54	1,62	41,78	211,92	6,20
TK№044		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,97	0,06	16,04	69,33	0,31
TK №003		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,69	0,20	10,56	50,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>14,10</b>	<b>6,38</b>	<b>68,68</b>	<b>392,95</b>	<b>6,51</b>
<b>Всего</b>				<b>47,12</b>	<b>34,55</b>	<b>211,35</b>	<b>1 356,45</b>	<b>23,20</b>

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 детский сад № 93 Красносельского района Санкт-Петербурга  
 (ГБДОУ детский сад № 93 Красносельского района СПб)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Л.Н. Положенцева  
 12.12.2025



МЕНЮ

12 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов ( 1 здание )

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,41	5,32	25,51	163,86	0,29
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,06	28,22	0,81
<b>Итого</b>			330	6,65	9,42	39,57	254,08	1,10
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	95	0,33	0,25	8,41	38,39	4,08
<b>Итого</b>			95	0,33	0,25	8,41	38,39	4,08
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,54	2,16	3,20	34,39	1,50
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	5,68	5,92	16,56	144,15	6,41
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,24	5,12	1,84	94,00	0,40
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,20	2,70	15,50	97,40	0,00
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	8,06	34,03	0,95
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			575	22,55	16,69	63,56	494,97	9,26
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	3,21	1,19	18,60	101,14	3,87
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,81	0,05	13,73	59,23	0,26
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,69	51,77	0,00
<b>Итого</b>			335	10,59	5,94	43,32	275,14	4,13
<b>Всего</b>				40,12	32,30	154,86	1 062,58	18,57

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 детский сад № 93 Красносельского района Санкт-Петербурга  
 (ГБДОУ детский сад № 93 Красносельского района СПб)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий *Е. Г. Положенцева*  
 12.12.2025



## МЕНЮ

12 декабря 2025 г.

Сад 12 часов ( 2 здание )

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,42	5,92	32,33	200,73	0,38
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>7,66</b>	<b>10,02</b>	<b>47,73</b>	<b>296,73</b>	<b>0,38</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТК№020		БАНАН СВЕЖИЙ	100	0,34	0,26	8,84	40,32	4,29
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,34</b>	<b>0,26</b>	<b>8,84</b>	<b>40,32</b>	<b>4,29</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,67	2,11	3,95	37,38	1,85
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,26	7,32	20,71	175,95	8,54
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,40	4,00	9,30	135,30	0,50
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	0,00
ТК№047		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,11	0,11	9,24	39,02	1,13
ТК №003		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
ТК №004		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>25,02</b>	<b>17,89</b>	<b>86,10</b>	<b>626,45</b>	<b>12,02</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	6,54	1,62	41,78	211,92	6,20
ТК№044		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,97	0,06	16,04	69,33	0,31
ТК №003		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,69	0,20	10,56	50,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>14,10</b>	<b>6,38</b>	<b>68,68</b>	<b>392,95</b>	<b>6,51</b>
<b>Всего</b>				<b>47,12</b>	<b>34,55</b>	<b>211,35</b>	<b>1 356,45</b>	<b>23,20</b>

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 93 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 93 Красносельского района СПб)**

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий Е.И. Положенцева  
12.12.2025



**МЕНЮ**

**12 декабря 2025 г.**

**Ясли 12 часов ( 2 здание )**

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,41	5,32	25,51	163,86	0,29
	TKNо035	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,06	28,22	0,81
<b>Итого</b>			330	6,65	9,42	39,57	254,08	1,10
<b>II Завтрак</b>								
	TKNо006	БАНАН СВЕЖИЙ	95	0,33	0,25	8,41	38,39	4,08
<b>Итого</b>			95	0,33	0,25	8,41	38,39	4,08
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,54	2,16	3,20	34,39	1,50
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	5,68	5,92	16,56	144,15	6,41
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,24	5,12	1,84	94,00	0,40
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,20	2,70	15,50	97,40	0,00
	TKNо036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	8,06	34,03	0,95
	TKNо016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	TKNо004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			575	22,55	16,69	63,56	494,97	9,26
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	3,21	1,19	18,60	101,14	3,87
	TKNо031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,81	0,05	13,73	59,23	0,26
	TKNо003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,69	51,77	0,00
<b>Итого</b>			335	10,59	5,94	43,32	275,14	4,13
<b>Всего</b>				40,12	32,30	154,86	1 062,58	18,57

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 детский сад № 93 Красносельского района Санкт-Петербурга  
 (ГБДОУ детский сад № 93 Красносельского района СПб)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий *Л. Г. Поноженцева*  
 12.12.2025



МЕНЮ

12 декабря 2025 г.

Ясли 5 часов утра ( 2 здание )

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,41	5,32	25,51	163,86	0,29
	TKN№035	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,06	28,22	0,81
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>6,65</b>	<b>9,42</b>	<b>39,57</b>	<b>254,08</b>	<b>1,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
	TKN№006	БАНАН СВЕЖИЙ	95	0,33	0,25	8,41	38,39	4,08
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,33</b>	<b>0,25</b>	<b>8,41</b>	<b>38,39</b>	<b>4,08</b>

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 93 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 93 Красносельского района СПб)**

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий

12.12.2025

*Е.Г. Подожнцева*



**МЕНЮ**

**12 декабря 2025 г.**

**Ясли 5 часов вечер ( 2 здание )**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	3,21	1,19	18,60	101,14	3,87
	TKN№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,81	0,05	13,73	59,23	0,26
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,69	51,77	0,00
<b>Итого</b>				<b>335</b>	<b>10,59</b>	<b>5,94</b>	<b>43,32</b>	<b>275,14</b>
								<b>4,13</b>