

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

21.01.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

21 января 2026 г.

Сад 12 часов (1 здание)

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								
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,90	4,77	11,31	108,60	0,10
2008	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	200	9,78	10,61	40,59	298,57	3,24
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,08	32,80	0,02
Итого			410	14,80	15,38	59,98	439,97	3,36
II Завтрак								
2008	пром.	ГРУША	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Итого			100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Обед								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,45	3,01	3,04	44,83	2,20
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНый) СО СМЕТАНОЙ	200	3,37	5,56	11,18	111,29	9,19
2008	321	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	11,22	14,27	4,10	189,64	0,39
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	3,11	5,19	20,54	144,65	6,07
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,00	22,86	99,00	7,20
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			680	23,21	28,83	82,60	692,80	25,05
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,50	0,08	1,57	9,42	9,13
2012	292	-МАКАРОННИК С МЯСОМ	200	24,19	22,74	40,44	462,93	0,84
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	414	ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,51	3,47	10,53	91,09	0,90
Итого			450	28,52	26,47	61,02	604,23	10,87
Всего				66,93	70,98	213,90	1 784,00	44,28

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

21.01.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

21 января 2026 г.

Ясли 12 часов (1 здание)

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								
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,05	3,83	10,28	92,44	0,08
2008	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	5,93	6,87	25,27	187,52	0,57
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			330	10,08	10,70	40,59	300,51	0,67
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	95	0,38	0,32	9,82	44,65	1,90
Итого			95	0,38	0,32	9,82	44,65	1,90
Обед								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,86	2,00	1,81	28,65	1,32
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНый) СО СМЕТАНОЙ	150	2,46	4,36	8,33	83,65	6,89
2008	321	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	9,56	11,89	2,93	156,85	0,33
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110	2,53	5,46	15,65	124,76	4,39
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,00	19,05	82,50	6,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			540	18,98	24,47	66,53	569,60	18,93
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,39	2,96	1,25	33,70	7,30
2012	292	-МАКАРОННИК С МЯСОМ	170	20,02	19,48	27,22	364,08	0,72
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	414	ЧАЙ С САХАРОМ	150	2,10	2,90	9,24	76,10	0,75
Итого			380	23,83	25,52	46,19	514,67	8,77
Всего				53,27	61,01	163,13	1 429,43	30,27

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

21 января 2026 г.

Сад 12 часов (2 здание)

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								
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,90	4,77	11,31	108,60	0,10
2008	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	200	9,78	10,61	40,59	298,57	3,24
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,08	32,80	0,02
Итого			410	14,80	15,38	59,98	439,97	3,36
II Завтрак								
2008	пром.	ГРУША	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Итого			100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Обед								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,45	3,01	3,04	44,83	2,20
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНый) СО СМЕТАНОЙ	200	3,37	5,56	11,18	111,29	9,19
2008	321	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	11,22	14,27	4,10	189,64	0,39
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	3,11	5,19	20,54	144,65	6,07
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,00	22,86	99,00	7,20
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			680	23,21	28,83	82,60	692,80	25,05
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,50	0,08	1,57	9,42	9,13
2012	292	-МАКАРОННИК С МЯСОМ	200	24,19	22,74	40,44	462,93	0,84
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	414	ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,51	3,47	10,53	91,09	0,90
Итого			450	28,52	26,47	61,02	604,23	10,87
Всего				66,93	70,98	213,90	1 784,00	44,28

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

21.01.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

21 января 2026 г.

Ясли 12 часов (2 здание)

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								
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,05	3,83	10,28	92,44	0,08
2008	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	5,93	6,87	25,27	187,52	0,57
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			330	10,08	10,70	40,59	300,51	0,67
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	95	0,38	0,32	9,82	44,65	1,90
Итого			95	0,38	0,32	9,82	44,65	1,90
Обед								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,86	2,00	1,81	28,65	1,32
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНый) СО СМЕТАНОЙ	150	2,46	4,36	8,33	83,65	6,89
2008	321	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	9,56	11,89	2,93	156,85	0,33
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110	2,53	5,46	15,65	124,76	4,39
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,00	19,05	82,50	6,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			540	18,98	24,47	66,53	569,60	18,93
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,39	2,96	1,25	33,70	7,30
2012	292	-МАКАРОННИК С МЯСОМ	170	20,02	19,48	27,22	364,08	0,72
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	414	ЧАЙ С САХАРОМ	150	2,10	2,90	9,24	76,10	0,75
Итого			380	23,83	25,52	46,19	514,67	8,77
Всего				53,27	61,01	163,13	1 429,43	30,27

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



Е.Г. Положенцева
Е.Г. Положенцева

**МЕНЮ
21 января 2026 г.**

Ясли 5 часов утро (2 здание)

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								
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,05	3,83	10,28	92,44	0,08
2008	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	5,93	6,87	25,27	187,52	0,57
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			330	10,08	10,70	40,59	300,51	0,67
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	95	0,38	0,32	9,82	44,65	1,90
Итого			95	0,38	0,32	9,82	44,65	1,90

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

21.01.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

21 января 2026 г.

Ясли 5 часов вечер (2 здание)

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		
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,39	2,96	1,25	33,70	7,30
2012	292	-МАКАРОННИК С МЯСОМ	170	20,02	19,48	27,22	364,08	0,72
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	414	ЧАЙ С САХАРОМ	150	2,10	2,90	9,24	76,10	0,75
Итого			380	23,83	25,52	46,19	514,67	8,77