

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

22.01.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

22 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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	0,85	3,49	14,73	92,10	0,0
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,91	9,69	26,94	227,65	0,88
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,78	1,40	8,32	53,55	0,22
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			460	10,94	14,98	59,79	420,30	11,14
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ	125	3,88	3,28	7,03	72,75	0,35
Итого			125	3,88	3,28	7,03	72,75	0,35
Обед								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,69	3,80	4,02	52,86	1,88
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	5,92	5,81	14,80	135,54	6,30
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70	11,45	12,15	6,54	183,31	0,85
2012	160	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,62	9,05	12,33	149,88	26,66
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,68	0,28	15,80	81,42	82,80
	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			670	26,18	31,85	72,25	696,20	118,49
Полдник								
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	80	18,36	9,80	8,91	197,04	0,55
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	5,07	4,67	24,42	160,86	9,91
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	180	0,21	0,02	6,81	32,40	3,89
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			460	25,80	15,66	71,81	537,29	14,35
Всего				66,80	65,77	210,88	1 726,54	144,33

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
22.01.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

22 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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,94	3,65	9,50	74,64	0,03
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,48	7,01	20,41	167,33	0,55
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,50	1,18	7,52	47,29	0,19
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
Итого			395	8,30	12,22	46,74	333,91	10,27
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	100	2,72	2,43	4,37	54,81	0,28
Итого			100	2,72	2,43	4,37	54,81	0,28
Обед								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,54	3,04	3,21	42,29	1,50
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	180	5,26	4,80	12,43	114,05	5,56
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	60	10,29	10,34	4,92	155,70	0,70
2012	160	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	4,96	5,86	15,48	134,79	24,63
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,55	0,22	15,86	78,14	66,80
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			585	24,09	24,97	68,54	607,96	99,19
Полдник								
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	60	12,57	7,39	6,72	143,68	0,38
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	3,54	3,01	18,48	115,59	7,89
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	150	0,17	0,02	10,26	45,30	3,20
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
Итого			380	18,64	11,47	65,39	444,06	11,47
Всего				53,75	51,09	185,04	1 440,74	121,21

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

22.01.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

22 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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	0,85	3,49	14,73	92,10	0,04
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,91	9,69	26,94	227,65	0,88
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,78	1,40	8,32	53,55	0,22
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			460	10,94	14,98	59,79	420,30	11,14
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ	125	3,88	3,28	7,03	72,75	0,35
Итого			125	3,88	3,28	7,03	72,75	0,35
Обед								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,69	3,80	4,02	52,86	1,88
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	5,92	5,81	14,80	135,54	6,30
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70	11,45	12,15	6,54	183,31	0,85
2012	160	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,62	9,05	12,33	149,88	26,66
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,68	0,28	15,80	81,42	82,80
	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			670	26,18	31,85	72,25	696,20	118,49
Полдник								
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	80	18,36	9,80	8,91	197,04	0,55
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	5,07	4,67	24,42	160,86	9,91
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	180	0,21	0,02	6,81	32,40	3,89
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			460	25,80	15,66	71,81	537,29	14,35
Всего				66,80	65,77	210,88	1 726,54	144,33

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

22 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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,94	3,65	9,50	74,64	0,03
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,48	7,01	20,41	167,33	0,55
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,50	1,18	7,52	47,29	0,19
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
Итого			395	8,30	12,22	46,74	333,91	10,27
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	100	2,72	2,43	4,37	54,81	0,28
Итого			100	2,72	2,43	4,37	54,81	0,28
Обед								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,54	3,04	3,21	42,29	1,50
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	180	5,26	4,80	12,43	114,05	5,56
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	60	10,29	10,34	4,92	155,70	0,70
2012	160	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	4,96	5,86	15,48	134,79	24,63
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,55	0,22	15,86	78,14	66,80
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			585	24,09	24,97	68,54	607,96	99,19
Полдник								
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	60	12,57	7,39	6,72	143,68	0,38
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	3,54	3,01	18,48	115,59	7,89
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	150	0,17	0,02	10,26	45,30	3,20
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
Итого			380	18,64	11,47	65,39	444,06	11,47
Всего				53,75	51,09	185,04	1 440,74	121,21

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

22.01.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

22 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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,94	3,65	9,50	74,64	0,03
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,48	7,01	20,41	167,33	0,55
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,50	1,18	7,52	47,29	0,19
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
Итого			395	8,30	12,22	46,74	333,91	10,27
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	100	2,72	2,43	4,37	54,81	0,28
Итого			100	2,72	2,43	4,37	54,81	0,28

**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

22 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								
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	60	12,57	7,39	6,72	143,68	0,38
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	3,54	3,01	18,48	115,59	7,89
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	150	0,17	0,02	10,26	45,30	3,20
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
Итого			380	18,64	11,47	65,39	444,06	11,47