

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

23 апреля 2026 г.

Сад 12 часов (1 здание)

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 30 | 0,99 | 4,07 | 17,18 | 107,40 | 0,05 |
| 2008 | 214 | -ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 140/20 | 8,30 | 6,21 | 12,59 | 138,18 | 0,00 |
| 2012 | 395 | -КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 1,25 | 1,25 | 11,49 | 63,47 | 0,27 |
| Итого | | | 370 | 10,54 | 11,53 | 41,26 | 309,05 | 0,32 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | БАНАНЫ | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,09 | 42,89 | 9,18 |
| Итого | | | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,09 | 42,89 | 9,18 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 23 | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И | 50 | 0,50 | 0,08 | 1,57 | 9,42 | 9,13 |
| 2008 | 76 | -БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200 | 5,69 | 6,66 | 15,37 | 146,16 | 4,62 |
| 2008 | 256 | -ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 80 | 14,67 | 7,22 | 2,90 | 158,52 | 11,21 |
| 2012 | 205 | -МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 1,65 | 8,53 | 23,32 | 158,90 | 0,00 |
| | ТК№048 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 180 | 0,12 | 0,12 | 21,72 | 88,20 | 1,40 |
| | 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 | | | 680 | 25,45 | 23,37 | 83,64 | 654,39 | 26,36 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 265 | ПЛОВ С МЯСОМ | 150 | 17,20 | 17,10 | 25,20 | 324,00 | 1,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,12 | 0,00 | 8,08 | 32,80 | 0,02 |
| 2012 | 458 | -ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 45 | 3,07 | 2,32 | 2,40 | 43,11 | 0,03 |
| Итого | | | 400 | 22,27 | 20,15 | 48,53 | 465,41 | 1,05 |
| Всего | | | | 59,16 | 55,25 | 181,52 | 1 471,74 | 36,91 |

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
23.04.2026

Е.Г.Положенцева



МЕНЮ

23 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов (1 здание)

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 30 | 1,41 | 5,47 | 14,25 | 111,96 | 0,04 |
| 2008 | 214 | -ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 130/15 | 14,33 | 14,96 | 4,19 | 208,70 | 0,89 |
| 2012 | 395 | -КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 1,32 | 0,97 | 7,69 | 45,01 | 0,21 |
| Итого | | | 325 | 17,06 | 21,40 | 26,13 | 365,67 | 1,14 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | БАНАНЫ | 95 | 0,86 | 0,19 | 7,70 | 40,85 | 8,74 |
| Итого | | | 95 | 0,86 | 0,19 | 7,70 | 40,85 | 8,74 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 23 | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И | 40 | 0,40 | 0,06 | 1,45 | 8,38 | 6,50 |
| 2008 | 76 | -БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150 | 4,31 | 4,18 | 11,08 | 100,31 | 3,02 |
| 2008 | 256 | -ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 60 | 8,72 | 8,91 | 15,92 | 123,36 | 10,45 |
| 2012 | 205 | -МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 110 | 1,40 | 3,30 | 18,75 | 112,80 | 0,00 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД- | 150 | 0,24 | 0,10 | 9,81 | 42,80 | 20,00 |
| | TK №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| | TK №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 550 | 17,89 | 17,31 | 75,77 | 480,84 | 39,97 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 265 | ПЛОВ С МЯСОМ | 130 | 14,91 | 14,82 | 21,84 | 280,86 | 0,87 |
| | TK №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 5,04 | 20,55 | 0,02 |
| 2012 | 458 | -ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 45 | 5,29 | 4,40 | 16,44 | 126,81 | 0,03 |
| Итого | | | 355 | 22,55 | 20,09 | 58,74 | 506,82 | 0,92 |
| Всего | | | | 58,36 | 58,99 | 168,34 | 1 394,18 | 50,77 |

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

23 апреля 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 | 0,99 | 4,07 | 17,18 | 107,40 | 0,05 |
| 2008 | 214 | -ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 140/20 | 8,30 | 6,21 | 12,59 | 138,18 | 0,00 |
| 2012 | 395 | -КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 1,25 | 1,25 | 11,49 | 63,47 | 0,27 |
| Итого | | | 370 | 10,54 | 11,53 | 41,26 | 309,05 | 0,32 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | БАНАНЫ | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,09 | 42,89 | 9,18 |
| Итого | | | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,09 | 42,89 | 9,18 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 23 | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И | 50 | 0,50 | 0,08 | 1,57 | 9,42 | 9,13 |
| 2008 | 76 | -БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200 | 5,69 | 6,66 | 15,37 | 146,16 | 4,62 |
| 2008 | 256 | -ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 80 | 14,67 | 7,22 | 2,90 | 158,52 | 11,21 |
| 2012 | 205 | -МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 1,65 | 8,53 | 23,32 | 158,90 | 0,00 |
| | ТК№048 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 180 | 0,12 | 0,12 | 21,72 | 88,20 | 1,40 |
| | 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 | | | 680 | 25,45 | 23,37 | 83,64 | 654,39 | 26,36 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 265 | ПЛОВ С МЯСОМ | 150 | 17,20 | 17,10 | 25,20 | 324,00 | 1,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,12 | 0,00 | 8,08 | 32,80 | 0,02 |
| 2012 | 458 | -ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 45 | 3,07 | 2,32 | 2,40 | 43,11 | 0,03 |
| Итого | | | 400 | 22,27 | 20,15 | 48,53 | 465,41 | 1,05 |
| Всего | | | | 59,16 | 55,25 | 181,52 | 1 471,74 | 36,91 |

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



Е.Г. Положенцева

МЕНЮ

23 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов (2 здание)

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 30 | 1,41 | 5,47 | 14,25 | 111,96 | 0,04 |
| 2008 | 214 | -ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 130/15 | 14,33 | 14,96 | 4,19 | 208,70 | 0,89 |
| 2012 | 395 | -КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 1,32 | 0,97 | 7,69 | 45,01 | 0,21 |
| Итого | | | 325 | 17,06 | 21,40 | 26,13 | 365,67 | 1,14 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | БАНАНЫ | 95 | 0,86 | 0,19 | 7,70 | 40,85 | 8,74 |
| Итого | | | 95 | 0,86 | 0,19 | 7,70 | 40,85 | 8,74 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 23 | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И | 40 | 0,40 | 0,06 | 1,45 | 8,38 | 6,50 |
| 2008 | 76 | -БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150 | 4,31 | 4,18 | 11,08 | 100,31 | 3,02 |
| 2008 | 256 | -ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 60 | 8,72 | 8,91 | 15,92 | 123,36 | 10,45 |
| 2012 | 205 | -МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 110 | 1,40 | 3,30 | 18,75 | 112,80 | 0,00 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД- | 150 | 0,24 | 0,10 | 9,81 | 42,80 | 20,00 |
| | 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 | | | 550 | 17,89 | 17,31 | 75,77 | 480,84 | 39,97 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 265 | ПЛОВ С МЯСОМ | 130 | 14,91 | 14,82 | 21,84 | 280,86 | 0,87 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 5,04 | 20,55 | 0,02 |
| 2012 | 458 | -ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 45 | 5,29 | 4,40 | 16,44 | 126,81 | 0,03 |
| Итого | | | 355 | 22,55 | 20,09 | 58,74 | 506,82 | 0,92 |
| Всего | | | | 58,36 | 58,99 | 168,34 | 1 394,18 | 50,77 |

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
23.04.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

23 апреля 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 | 30 | 1,41 | 5,47 | 14,25 | 111,96 | 0,04 |
| 2008 | 214 | -ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 130/15 | 14,33 | 14,96 | 4,19 | 208,70 | 0,89 |
| 2012 | 395 | -КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 1,32 | 0,97 | 7,69 | 45,01 | 0,21 |
| Итого | | | 325 | 17,06 | 21,40 | 26,13 | 365,67 | 1,14 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | БАНАНЫ | 95 | 0,86 | 0,19 | 7,70 | 40,85 | 8,74 |
| Итого | | | 95 | 0,86 | 0,19 | 7,70 | 40,85 | 8,74 |

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

23 апреля 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 | 265 | ПЛОВ С МЯСОМ | 130 | 14,91 | 14,82 | 21,84 | 280,86 | 0,87 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 5,04 | 20,55 | 0,02 |
| 2012 | 458 | -ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 45 | 5,29 | 4,40 | 16,44 | 126,81 | 0,03 |
| Итого | | | 355 | 22,55 | 20,09 | 58,74 | 506,82 | 0,92 |