

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

27.01.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

27 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	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,91	9,69	26,94	227,65	0,88
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,44	1,03	9,37	52,75	0,22
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,46	2,23	0,14	30,46	0,00
Итого			380	12,80	17,02	53,63	418,26	1,15
II Завтрак								
2008	пром.	МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Итого			100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,50	0,08	1,57	9,42	9,13
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	200	6,76	2,05	17,21	114,32	5,40
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,14	9,11	12,92	153,97	0,18
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ	130	3,11	5,19	20,54	144,65	6,07
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,29	0,12	9,07	40,55	23,76
	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			675	23,96	17,35	82,19	566,30	44,54
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	34,34	20,96	46,44	520,31	0,42
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
2012	458	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,89	3,44	16,68	109,12	0,00
Итого			380	42,55	28,99	71,92	728,43	1,40
Всего				80,11	63,56	215,24	1 750,99	85,09

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

27 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	30	1,41	5,47	14,25	111,96	0,04
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,48	7,01	20,41	167,33	0,55
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,32	0,97	7,69	45,01	0,21
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,46	2,23	0,14	30,46	0,00
Итого			330	10,67	15,68	42,49	354,76	0,80
II Завтрак								
2008	пром.	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Итого			95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,40	0,06	1,45	8,38	6,50
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	150	6,44	1,60	12,47	89,91	4,01
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,05	7,20	12,03	142,10	0,15
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ	110	2,71	4,29	17,22	121,33	5,19
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	150	0,24	0,10	9,81	42,80	20,00
	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			555	21,00	14,05	73,86	507,91	35,85
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/25	25,07	16,56	34,88	395,42	0,35
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,18	3,73	7,02	77,68	0,80
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,16	1,85	25,88	136,80	0,09
Итого			360	33,41	22,14	67,78	609,90	1,24
Всего				65,84	52,06	191,26	1 508,67	73,99

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

27 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	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,91	9,69	26,94	227,65	0,88
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,44	1,03	9,37	52,75	0,22
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,46	2,23	0,14	30,46	0,00
Итого			380	12,80	17,02	53,63	418,26	1,15
II Завтрак								
2008	пром.	МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Итого			100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,50	0,08	1,57	9,42	9,13
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	200	6,76	2,05	17,21	114,32	5,40
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,14	9,11	12,92	153,97	0,18
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ	130	3,11	5,19	20,54	144,65	6,07
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,29	0,12	9,07	40,55	23,76
	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			675	23,96	17,35	82,19	566,30	44,54
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	34,34	20,96	46,44	520,31	0,42
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
2012	458	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,89	3,44	16,68	109,12	0,00
Итого			380	42,55	28,99	71,92	728,43	1,40
Всего				80,11	63,56	215,24	1 750,99	85,09

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

27.01.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

27 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	30	1,41	5,47	14,25	111,96	0,0
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,48	7,01	20,41	167,33	0,55
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,32	0,97	7,69	45,01	0,21
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,46	2,23	0,14	30,46	0,00
Итого			330	10,67	15,68	42,49	354,76	0,80
II Завтрак								
2008	пром.	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Итого			95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,40	0,06	1,45	8,38	6,50
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	150	6,44	1,60	12,47	89,91	4,01
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,05	7,20	12,03	142,10	0,15
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ	110	2,71	4,29	17,22	121,33	5,19
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	150	0,24	0,10	9,81	42,80	20,00
	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			555	21,00	14,05	73,86	507,91	35,85
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/25	25,07	16,56	34,88	395,42	0,35
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,18	3,73	7,02	77,68	0,80
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,16	1,85	25,88	136,80	0,09
Итого			360	33,41	22,14	67,78	609,90	1,24
Всего				65,84	52,06	191,26	1 508,67	73,99

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

27 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	30	1,41	5,47	14,25	111,96	0,04
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,48	7,01	20,41	167,33	0,55
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,32	0,97	7,69	45,01	0,21
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,46	2,23	0,14	30,46	0,00
Итого			330	10,67	15,68	42,49	354,76	0,80
II Завтрак								
2008	пром.	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Итого			95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

27 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	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/25	25,07	16,56	34,88	395,42	0,35
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,18	3,73	7,02	77,68	0,80
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,16	1,85	25,88	136,80	0,09
Итого			360	33,41	22,14	67,78	609,90	1,24