

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

29.01.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

29 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	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.	БАНАН	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 ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	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
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,00	22,86	99,00	7,20
	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			680	26,23	23,25	84,78	665,19	32,16
Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,45	3,01	3,04	44,83	2,20
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	160	5,73	10,24	15,32	177,08	32,73
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,30	2,52	11,65	61,20	0,52
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	3,07	2,32	2,40	43,11	0,03
Итого			460	14,43	18,82	45,26	391,72	35,48
Всего				52,10	53,80	179,39	1 408,85	77,14

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

29 января 2026

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	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 ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	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
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			550	18,40	17,21	85,01	520,54	25,97
Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,85	2,00	1,79	28,50	1,14
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	140	4,37	5,26	19,02	141,46	28,68
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,74	1,42	7,76	51,09	0,32
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,29	4,40	16,44	126,81	0,03
Итого			395	14,50	13,95	60,43	426,46	30,17
Всего				50,82	52,75	179,27	1 353,52	66,02

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

29.01.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

29 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	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.	БАНАН	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 ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	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
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,00	22,86	99,00	7,20
	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	26,23	23,25	84,78	665,19	32,16
Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,45	3,01	3,04	44,83	2,20
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	160	5,73	10,24	15,32	177,08	32,73
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,30	2,52	11,65	61,20	0,52
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	3,07	2,32	2,40	43,11	0,03
Итого			460	14,43	18,82	45,26	391,72	35,48
Всего				52,10	53,80	179,39	1 408,85	77,14

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

29.01.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

29 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	0,04
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 ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	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
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			550	18,40	17,21	85,01	520,54	25,97
Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,85	2,00	1,79	28,50	1,14
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	140	4,37	5,26	19,02	141,46	28,68
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,74	1,42	7,76	51,09	0,32
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,29	4,40	16,44	126,81	0,03
Итого			395	14,50	13,95	60,43	426,46	30,17
Всего				50,82	52,75	179,27	1 353,52	66,02

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  **Е.Г. Положенцева**
29.01.2026



МЕНЮ

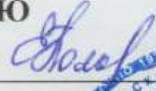
29 января 2026 г.

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	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)**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  **Е. А. Доложенцева**
29.01.2026

МЕНЮ

29 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								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,85	2,00	1,79	28,50	1,14
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	140	4,37	5,26	19,02	141,46	28,68
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,74	1,42	7,76	51,09	0,32
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,29	4,40	16,44	126,81	0,03
Итого			395	14,50	13,95	60,43	426,46	30,17