

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



Е.Г.Положенцева

**5 ноября 2025 г.**

**Сад 12 часов ( 1 здание )**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                       | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                          |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                       | 30       | 3,24              | 4,10    | 7,00             | 62,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ                 | 200      | 5,61              | 6,52    | 28,03            | 192,88                                   | 0,50                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                            | 180/6    | 0,00              | 0,00    | 8,40             | 34,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 416      | 8,85              | 10,62   | 43,43            | 288,88                                   | 0,50                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА                                       | 180      | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 180      | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№014              | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                           | 50       | 0,55              | 0,10    | 1,90             | 12,00                                    | 12,50                 |
| 2012                          | 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 4,64              | 6,40    | 11,42            | 124,29                                   | 3,52                  |
| 2012                          | 269                 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                                 | 80       | 10,10             | 5,30    | 20,10            | 165,00                                   | 0,40                  |
| 2008                          | 325                 | РИС ОТВАРНОЙ                                             | 150      | 5,13              | 6,68    | 53,90            | 296,11                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№047              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                                    | 180      | 0,08              | 0,06    | 10,95            | 44,85                                    | 0,38                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 25       | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 25       | 1,88              | 0,75    | 12,90            | 66,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 725      | 24,08             | 19,49   | 121,77           | 759,25                                   | 16,80                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                     | 130      | 23,35             | 15,29   | 21,21            | 322,41                                   | 0,25                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                         | 200      | 6,00              | 4,00    | 9,80             | 98,90                                    | 1,10                  |
|                               | ТК №<br>002         | ГРУША СВЕЖАЯ                                             | 100      | 0,40              | 0,34    | 10,39            | 47,24                                    | 2,01                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 430      | 29,75             | 19,63   | 41,40            | 468,55                                   | 3,36                  |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 62,68             | 49,74   | 206,60           | 1 516,68                                 | 20,66                 |

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



**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий Е.Г. Положенцева  
05.11.2025

## МЕНЮ

**5 ноября 2025 г.**

**Ясли 12 часов ( 1 здание )**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                       | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                          |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                       | 30       | 3,24              | 4,10    | 7,00             | 62,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО<br>СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ                | 150      | 4,32              | 5,83    | 21,53            | 155,71                                   | 0,38                  |
|                               | ТК№035              | ЧАЙ С САХАРОМ                                            | 150      | 0,00              | 0,00    | 7,06             | 28,22                                    | 0,81                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 330      | 7,56              | 9,93    | 35,59            | 245,93                                   | 1,19                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА                                       | 150      | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 150      | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№001              | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                           | 40       | 0,44              | 0,08    | 1,52             | 9,60                                     | 10,00                 |
| 2012                          | 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 4,57              | 6,20    | 11,05            | 120,71                                   | 3,38                  |
| 2012                          | 269                 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                                 | 60       | 7,60              | 4,00    | 15,10            | 114,00                                   | 0,20                  |
| 2008                          | 325                 | РИС ОТВАРНОЙ                                             | 120      | 4,11              | 5,55    | 43,22            | 239,27                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№036              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                                    | 150      | 0,06              | 0,05    | 9,04             | 37,03                                    | 0,32                  |
|                               | ТК№016              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 25       | 1,63              | 0,20    | 10,63            | 51,63                                    | 0,00                  |
|                               | ТК№004              | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 15       | 1,10              | 0,50    | 7,70             | 39,30                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 575      | 19,51             | 16,58   | 98,26            | 611,54                                   | 13,90                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 237                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                     | 100      | 17,92             | 11,73   | 16,35            | 247,68                                   | 0,19                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                         | 150      | 4,40              | 3,00    | 7,30             | 74,20                                    | 0,80                  |
|                               | ТК№002              | ГРУША СВЕЖАЯ                                             | 95       | 0,38              | 0,32    | 9,77             | 44,42                                    | 1,89                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 345      | 22,70             | 15,05   | 33,42            | 366,30                                   | 2,88                  |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 49,77             | 41,56   | 167,27           | 1 223,77                                 | 17,97                 |

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



**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий

05.11.2025

*Е.Г. Положенцева*

Е.Г. Положенцева

## МЕНЮ

**5 ноября 2025 г.**

**Сад 12 часов ( 2 здание )**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                       | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                          |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                       | 30       | 3,24              | 4,10    | 7,00             | 62,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ                 | 200      | 5,61              | 6,52    | 28,03            | 192,88                                   | 0,50                  |
| 2012                          | 043                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                          | 180/6    | 0,00              | 0,00    | 8,40             | 34,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 416      | 8,85              | 10,62   | 43,43            | 288,88                                   | 0,50                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ПРЯМОГО ОТЖИМА                                       | 180      | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 180      | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№014              | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                           | 50       | 0,55              | 0,10    | 1,90             | 12,00                                    | 12,50                 |
| 2012                          | 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 4,64              | 6,40    | 11,42            | 124,29                                   | 3,52                  |
| 2012                          | 269                 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                                 | 80       | 10,10             | 5,30    | 20,10            | 165,00                                   | 0,40                  |
| 2008                          | 129                 | ОВОЩИ, ПРОПУЩЕННЫЕ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ                  | 150      | 5,13              | 6,68    | 53,90            | 296,11                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№004              | ЧАЙ С САХАРОМ                                            | 180      | 0,08              | 0,06    | 10,95            | 44,85                                    | 0,38                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 150      | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 25       | 1,88              | 0,75    | 12,90            | 66,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 725      | 24,08             | 19,49   | 121,77           | 759,25                                   | 16,80                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                     | 130      | 23,35             | 15,29   | 21,21            | 322,41                                   | 0,25                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                         | 200      | 6,00              | 4,00    | 9,80             | 98,90                                    | 1,10                  |
|                               | ТК №<br>002         | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                         | 50       | 0,40              | 0,34    | 10,39            | 47,24                                    | 2,01                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 380      | 29,75             | 19,63   | 41,40            | 468,55                                   | 3,36                  |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 62,68             | 49,74   | 206,60           | 1 516,68                                 | 20,66                 |

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



**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий

05.11.2025

Е.Г.Положенцева

## МЕНЮ

**5 ноября 2025 г.**

**Ясли 12 часов ( 2 здание )**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                       | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                          |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                       | 30       | 3,24              | 4,10    | 7,00             | 62,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО<br>СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ                | 150      | 4,06              | 5,42    | 18,09            | 137,50                                   | 0,39                  |
|                               | TK№029              | КАКАО С МОЛОКОМ                                          | 150      | 3,17              | 2,67    | 13,00            | 89,18                                    | 0,50                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 330      | 10,47             | 12,19   | 38,09            | 288,68                                   | 0,89                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                             | 150      | 0,80              | 0,20    | 14,80            | 65,00                                    | 1,20                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 150      | 0,80              | 0,20    | 14,80            | 65,00                                    | 1,20                  |
| Обед                          |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | TK№001              | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                           | 40       | 0,40              | 0,10    | 1,50             | 9,60                                     | 4,00                  |
| 2012                          | 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 4,00              | 6,00    | 6,36             | 98,40                                    | 4,39                  |
| 2012                          | 269                 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                                 | 60       | 7,60              | 4,00    | 15,10            | 114,00                                   | 0,20                  |
| 2008                          | 129                 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ                  | 120      | 1,37              | 1,56    | 5,73             | 47,30                                    | 4,15                  |
|                               | TK№030              | ЧАЙ С САХАРОМ                                            | 150/5    | 0,00              | 0,00    | 7,00             | 28,00                                    | 0,80                  |
|                               | TK№016              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 25       | 1,63              | 0,20    | 10,63            | 51,63                                    | 0,00                  |
|                               | TK№004              | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 15       | 1,10              | 0,50    | 7,70             | 39,30                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 580      | 16,10             | 12,36   | 54,02            | 388,23                                   | 13,54                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 237                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                     | 100      | 17,70             | 9,10    | 16,10            | 221,00                                   | 0,20                  |
| 2008                          | 477                 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                         | 50       | 2,00              | 4,60    | 24,10            | 164,00                                   | 0,10                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                         | 150      | 4,40              | 3,00    | 7,30             | 74,20                                    | 0,80                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 300      | 24,10             | 16,70   | 47,50            | 459,20                                   | 1,10                  |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 51,47             | 41,45   | 154,41           | 1 201,11                                 | 16,73                 |

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



**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий

05.11.2025

*Е.Г. Положенцева*

Е.Г. Положенцева

**МЕНЮ**

**5 ноября 2025 г.**

**Ясли 5 часов утро ( 2 здание )**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                           |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                        | 30    | 3,24              | 4,10    | 7,00             | 62,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО<br>СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 150   | 4,06              | 5,42    | 18,09            | 137,50                                   | 0,39                  |
|                               | TKN№029             | КАКАО С МОЛОКОМ                           | 150   | 3,17              | 2,67    | 13,00            | 89,18                                    | 0,50                  |
| Итого                         |                     |                                           | 330   | 10,47             | 12,19   | 38,09            | 288,68                                   | 0,89                  |
| II Завтрак                    |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                              | 150   | 0,80              | 0,20    | 14,80            | 65,00                                    | 1,20                  |
| Итого                         |                     |                                           | 150   | 0,80              | 0,20    | 14,80            | 65,00                                    | 1,20                  |

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



**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий

05.11.2025

*[Handwritten signature]*

Е.Г.Положенцева

**5 ноября 2025 г.**

**Ясли 5 часов вечер ( 2 здание )**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда   | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Полдник                       |                     |                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 237                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 100   | 17,70             | 9,10    | 16,10            | 221,00                                   | 0,20                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ     | 150   | 4,40              | 3,00    | 7,30             | 74,20                                    | 0,80                  |
| 2008                          | 477                 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ     | 50    | 2,00              | 4,60    | 24,10            | 164,00                                   | 0,10                  |
| Итого                         |                     |                      | 300   | 24,10             | 16,70   | 47,50            | 459,20                                   | 1,10                  |