

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



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

06.11.2025

Е.Г. Положенцева

Е.Г. Положенцева

МЕНЮ

6 ноября 2025 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 ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,57	9,51	23,91	206,78	0,49
	TKN№028	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,09	2,53	10,23	77,09	0,47
Итого			410	11,06	14,14	49,94	351,87	2,76
II Завтрак								
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Итого			125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Обед								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	200/5	1,58	4,02	8,60	79,32	2,71
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	22,71	21,37	16,28	347,82	1,40
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			735	34,11	31,96	81,43	778,04	9,31
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,98	13,83	9,46	224,93	1,85
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TKN№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,11	0,11	9,36	39,55	1,13
	TKN№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,28	2,90	22,57	125,64	0,00
Итого			425	19,07	17,04	51,99	441,12	2,98
Всего				68,24	66,52	190,61	1 646,03	15,93

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



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

06.11.2025

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

6 ноября 2025 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 ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150-200	6,57	9,51	23,91	206,78	0,49
	ТК№028	ЧАЙ С САХАРОМ	150-180	3,09	2,53	10,23	77,09	0,47
Итого			410	11,06	14,14	49,94	351,87	2,76
II Завтрак								
	ТК№005	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95-100	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Итого			95-100	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40-50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150-200	1,58	4,02	8,60	79,32	2,71
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50-70	22,71	21,37	16,28	347,82	1,40
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110-130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150-180	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			735	34,11	31,96	81,43	778,04	9,31
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170-200	14,98	13,83	9,46	224,93	1,85
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150-180	0,11	0,11	9,36	39,55	1,13
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,28	2,90	22,57	125,64	0,00
Итого			425	19,07	17,04	51,99	441,12	2,98
Всего				68,24	66,52	190,61	1 646,03	15,93

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



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Е.Г. Положенцева

Е.Г. Положенцева

06.11.2025

МЕНЮ

6 ноября 2025 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 ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,50	2,70	3,00	40,50	2,20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,40	21,00	2,90	149,00	0,20
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			410	21,10	28,20	34,40	341,50	4,70
II Завтрак								
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
Итого			100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
Обед								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,62	4,02	8,68	79,80	3,31
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	22,71	21,37	16,28	347,82	1,40
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			736	34,15	31,91	81,56	778,52	6,91
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,98	13,83	9,46	224,93	1,85
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Итого			530	20,80	17,42	44,21	415,73	5,03
Всего				76,85	77,73	167,67	1 573,75	31,84

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



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

06.11.2025

Е.Г. Положенцева

Е.Г. Положенцева

6 ноября 2025 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 ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,90	1,60	1,80	24,30	1,40
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,30	16,70	2,30	119,00	0,20
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,32	1,99	10,54	69,72	0,42
Итого			330	16,92	22,39	30,44	281,02	3,82
II Завтрак								
	TKN№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	95	0,76	0,19	7,13	36,10	14,44
Итого			95	0,76	0,19	7,13	36,10	14,44
Обед								
	TKN№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,39	6,20	8,01	107,74	3,10
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	16,24	15,23	11,65	248,32	1,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			595	28,91	26,87	68,39	633,96	5,80
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	12,76	13,23	8,06	204,54	1,57
	TKN№037	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Итого			460	17,86	16,74	35,81	364,54	4,35
Всего				64,45	66,19	141,77	1 315,62	28,41

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



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

06.11.2025

Е.Г. Положенцева

Е.Г. Положенцева

6 ноября 2025 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 ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,90	1,60	1,80	24,30	1,40
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,30	16,70	2,30	119,00	0,20
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,32	1,99	10,54	69,72	0,42
Итого			330	16,92	22,39	30,44	281,02	3,82
II Завтрак								
	TKN№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	95	0,76	0,19	7,13	36,10	14,44
Итого			95	0,76	0,19	7,13	36,10	14,44

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

06.11.2025

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

6 ноября 2025 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	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	12,76	13,23	8,06	204,54	1,57
	TK№037	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	TK№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Итого			460	17,86	16,74	35,81	364,54	4,35