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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

7 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,43	4,47	8,95	94,63	0,09
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,92	6,51	30,24	200,05	0,52
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			**410**	**12,55**	**13,78**	**52,79**	**371,68**	**1,11**
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								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,75	4,37	6,10	66,81	3,09
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ	200/10	6,05	3,38	30,16	175,35	7,05
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	20,74	7,71	22,14	261,69	14,08
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,57	0,23	16,44	81,03	69,33
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,69	51,77	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			**685**	**31,28**	**16,49**	**95,83**	**689,05**	**93,55**
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	8,30	0,46	0,30	144,40	0,90
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,83	4,33	19,26	127,81	9,36
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,17	0,17	9,94	43,14	1,79
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			**395**	**12,30**	**5,08**	**35,90**	**346,35**	**12,05**
Всего				**56,13**	**35,35**	**184,52**	**1 407,08**	**106,71**

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

7 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,43	4,47	8,95	94,63	0,09
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,78	5,95	23,36	162,75	0,40
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,66	1,49	11,29	63,91	1,41
Итого			**330**	**10,87**	**11,91**	**43,60**	**321,29**	**1,90**
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								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,59	3,52	4,79	53,24	2,42
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ	150/10	5,08	2,88	23,15	138,88	4,78
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	16,32	7,71	17,61	221,51	11,14
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	11,96	60,88	59,26
	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			**540**	**24,58**	**14,93**	**71,61**	**544,81**	**77,60**
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	8,30	5,33	0,20	81,00	0,70
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,41	4,01	16,37	111,57	7,95
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,15	0,15	8,56	37,10	1,50
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			**325**	**11,86**	**9,61**	**31,53**	**260,67**	**10,15**
Всего				**47,31**	**36,45**	**146,74**	**1 126,77**	**89,65**

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

7 октября 2025 г.

Ясли 5 часов утро

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,43	4,47	8,95	94,63	0,09
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,78	5,95	23,36	162,75	0,40
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,66	1,49	11,29	63,91	1,41
Итого			**330**	**10,87**	**11,91**	**43,60**	**321,29**	**1,90**
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**

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

7 октября 2025 г.

Ясли 5 часов вечер

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	8,30	5,33	0,20	81,00	0,70
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,41	4,01	16,37	111,57	7,95
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,15	0,15	8,56	37,10	1,50
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			**325**	**11,86**	**9,61**	**31,53**	**260,67**	**10,15**