

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

3 марта 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,96	6,90	11,70	123,70	0,00
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	34,34	20,96	46,44	520,31	0,42
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,23	0,01	9,76	41,59	1,55
Итого			360	35,53	27,87	67,90	685,60	1,97
II Завтрак								
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Обед								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50	1,02	3,06	7,50	61,89	2,02
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ	200	5,81	6,07	14,11	134,43	5,27
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	80	8,95	4,60	6,52	131,42	1,60
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	4,30	20,96	135,48	10,13
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	180	0,12	0,09	12,68	52,38	0,60
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			710	22,60	19,07	85,22	632,09	19,62
Полдник								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	14,84	18,13	4,23	239,86	1,08
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,68	3,02	25,61	140,12	0,03
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,08	32,80	0,02
Итого			415	19,89	22,02	53,34	491,38	1,13
Всего				78,92	69,16	214,56	1 852,07	82,72

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

3 марта 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	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,81	5,04	10,16	90,54	0,00
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	24,02	15,56	29,45	360,32	0,30
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,12	0,01	8,04	33,45	0,82
Итого			320	24,95	20,61	47,65	484,31	1,12
II Завтрак								
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
Итого			95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
Обед								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	40	0,81	2,45	6,00	49,52	1,62
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ	150	4,62	5,06	10,10	104,41	4,08
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	60	11,61	13,15	1,15	169,13	1,00
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	5,28	16,78	125,08	8,10
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	150	0,10	0,08	10,53	43,53	0,50
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			560	22,49	26,78	63,32	584,86	15,30
Полдник								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	15,06	17,40	3,91	232,75	0,87
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,44	3,01	18,64	111,21	0,01
Итого			370	19,85	21,28	43,01	443,11	0,90
Всего				68,15	68,86	161,68	1 553,13	74,32

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

3 марта 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	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,81	5,04	10,16	90,54	0,00
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	24,02	15,56	29,45	360,32	0,30
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,12	0,01	8,04	33,45	0,82
Итого			320	24,95	20,61	47,65	484,31	1,12
II Завтрак								
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
Итого			95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
Обед								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	40	0,81	2,45	6,00	49,52	1,62
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ	150	4,62	5,06	10,10	104,41	4,08
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	60	11,61	13,15	1,15	169,13	1,00
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	5,28	16,78	125,08	8,10
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	150	0,10	0,08	10,53	43,53	0,50
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			560	22,49	26,78	63,32	584,86	15,30
Полдник								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	15,06	17,40	3,91	232,75	0,87
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,44	3,01	18,64	111,21	0,01
Итого			370	19,85	21,28	43,01	443,11	0,90
Всего				68,15	68,86	161,68	1 553,13	74,32

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

3 марта 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,96	6,90	11,70	123,70	0,00
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	34,34	20,96	46,44	520,31	0,42
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,23	0,01	9,76	41,59	1,55
Итого			360	35,53	27,87	67,90	685,60	1,97
II Завтрак								
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Обед								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50	1,02	3,06	7,50	61,89	2,02
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ	200	5,81	6,07	14,11	134,43	5,27
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	80	8,95	4,60	6,52	131,42	1,60
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	4,30	20,96	135,48	10,13
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	180	0,12	0,09	12,68	52,38	0,60
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			710	22,60	19,07	85,22	632,09	19,62
Полдник								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	14,84	18,13	4,23	239,86	1,08
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,68	3,02	25,61	140,12	0,03
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,08	32,80	0,02
Итого			415	19,89	22,02	53,34	491,38	1,13
Всего				78,92	69,16	214,56	1 852,07	82,72

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

3 марта 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	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,81	5,04	10,16	90,54	0,00
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135	24,02	15,56	29,45	360,32	0,30
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,12	0,01	8,04	33,45	0,82
Итого			320	24,95	20,61	47,65	484,31	1,12
II Завтрак								
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
Итого			95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
03.03.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

3 марта 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	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	15,06	17,40	3,91	232,75	0,87
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,44	3,01	18,64	111,21	0,01
Итого			370	19,85	21,28	43,01	443,11	0,90