

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая
10.03.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

10 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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	10,54	12,95	35,95	304,04	1,18
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,44	1,03	9,37	52,75	0,22
Итого			410	12,97	18,05	62,50	464,19	1,45
II Завтрак								
2008	пром.	МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Итого			100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И	50	0,50	0,08	1,57	9,42	9,13
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	200	6,76	2,05	17,21	114,32	5,40
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,14	9,11	12,92	153,97	0,18
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ	130	3,11	5,19	20,54	144,65	6,07
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,29	0,12	9,07	40,55	23,76
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			675	23,96	17,35	82,19	566,30	44,54
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	34,34	20,96	46,44	520,31	0,42
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,08	32,80	0,02
2012	458	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,89	3,44	16,68	109,12	0,00
Итого			380	37,35	24,40	71,20	662,23	0,44
Всего				75,08	60,00	223,39	1 730,72	84,43

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
10.03.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

10 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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	1,41	5,47	14,25	111,96	0,04
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,31	8,09	23,59	193,04	0,63
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,32	0,97	7,69	45,01	0,21
Итого			330	9,04	14,53	45,53	350,01	0,88
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Итого			95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И	40	0,40	0,06	1,45	8,38	6,50
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	150	6,44	1,60	12,47	89,91	4,01
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,05	7,20	12,03	142,10	0,15
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ	110	2,71	4,29	17,22	121,33	5,19
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	150	0,24	0,10	9,81	42,80	20,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			555	21,00	14,05	73,86	507,91	35,85
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/25	25,07	16,56	34,88	395,42	0,35
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,16	1,85	25,88	136,80	0,09
Итого			360	29,33	18,41	65,80	552,77	0,46
Всего				60,13	47,18	192,32	1 446,79	73,29

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

10 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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	10,54	12,95	35,95	304,04	1,18
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,44	1,03	9,37	52,75	0,22
Итого			410	12,97	18,05	62,50	464,19	1,45
II Завтрак								
2008	пром.	МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Итого			100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И	50	0,50	0,08	1,57	9,42	9,13
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	200	6,76	2,05	17,21	114,32	5,40
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,14	9,11	12,92	153,97	0,18
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ	130	3,11	5,19	20,54	144,65	6,07
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,29	0,12	9,07	40,55	23,76
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			675	23,96	17,35	82,19	566,30	44,54
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	34,34	20,96	46,44	520,31	0,42
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,08	32,80	0,02
2012	458	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,89	3,44	16,68	109,12	0,00
Итого			380	37,35	24,40	71,20	662,23	0,44
Всего				75,08	60,00	223,39	1 730,72	84,43

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

10 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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	1,41	5,47	14,25	111,96	0,04
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,31	8,09	23,59	193,04	0,63
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,32	0,97	7,69	45,01	0,21
Итого			330	9,04	14,53	45,53	350,01	0,88
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Итого			95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И	40	0,40	0,06	1,45	8,38	6,50
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	150	6,44	1,60	12,47	89,91	4,01
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,05	7,20	12,03	142,10	0,15
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ	110	2,71	4,29	17,22	121,33	5,19
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	150	0,24	0,10	9,81	42,80	20,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			555	21,00	14,05	73,86	507,91	35,85
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/25	25,07	16,56	34,88	395,42	0,35
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,16	1,85	25,88	136,80	0,09
Итого			360	29,33	18,41	65,80	552,77	0,46
Всего				60,13	47,18	192,32	1 446,79	73,29

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
10.03.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

10 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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	1,41	5,47	14,25	111,96	0,04
2008	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,31	8,09	23,59	193,04	0,63
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,32	0,97	7,69	45,01	0,21
Итого			330	9,04	14,53	45,53	350,01	0,88
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
Итого			95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10

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



Е.Г.Положенцева

10 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	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/25	25,07	16,56	34,88	395,42	0,35
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,16	1,85	25,88	136,80	0,09
Итого			360	29,33	18,41	65,80	552,77	0,46