

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
16.04.2026

Е.Г. Положенцева

МЕНЮ

16 апреля 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 | 0,85 | 3,49 | 14,73 | 92,10 | 0,04 |
| 2008 | 189 | -КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 10,87 | 14,59 | 36,26 | 320,78 | 0,00 |
| 2008 | 433 | -КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 1,50 | 1,47 | 8,17 | 52,36 | 0,00 |
| Итого | | | 410 | 13,22 | 19,55 | 59,16 | 465,24 | 0,04 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,91 | 47,55 | 10,12 |
| Итого | | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,91 | 47,55 | 10,12 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | -САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 50 | 0,70 | 3,85 | 4,12 | 53,87 | 1,93 |
| 2012 | 77 | -СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ | 200 | 1,94 | 2,45 | 14,94 | 89,74 | 5,75 |
| 2012 | 287 | -ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) | 70 | 11,37 | 12,32 | 6,27 | 183,89 | 0,49 |
| 2012 | 160 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ | 130 | 4,12 | 9,41 | 9,76 | 140,79 | 26,76 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 180 | 0,68 | 0,28 | 15,70 | 80,81 | 81,81 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 670 | 21,63 | 29,07 | 69,55 | 642,29 | 116,74 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 270 | -ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ) | 80 | 18,41 | 10,05 | 9,01 | 199,79 | 0,40 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 150 | 2,90 | 4,70 | 23,50 | 148,00 | 21,00 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,12 | 0,00 | 8,11 | 32,91 | 0,02 |
| 2008 | пром. | ВАФЛИ | 30 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 460 | 22,75 | 14,93 | 49,10 | 421,49 | 21,42 |
| Всего | | | | 58,00 | 63,95 | 187,72 | 1 576,57 | 148,32 |

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

16 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов (1 здание)

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 30 | 1,41 | 5,47 | 14,91 | 114,62 | 0,04 |
| 2008 | 189 | -КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 6,47 | 8,83 | 23,65 | 200,42 | 0,00 |
| 2008 | 433 | -КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 1,30 | 1,28 | 7,58 | 47,38 | 0,00 |
| Итого | | | 330 | 9,18 | 15,58 | 46,14 | 362,42 | 0,04 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 95 | 0,39 | 0,39 | 9,44 | 45,29 | 9,64 |
| Итого | | | 95 | 0,39 | 0,39 | 9,44 | 45,29 | 9,64 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | -САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 40 | 0,56 | 3,04 | 3,30 | 42,70 | 1,54 |
| 2012 | 77 | -СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ | 150 | 1,34 | 1,65 | 10,34 | 61,55 | 4,18 |
| 2012 | 287 | -ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) | 60 | 10,22 | 10,56 | 4,56 | 155,92 | 0,43 |
| 2012 | 160 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ | 120 | 4,54 | 6,05 | 13,43 | 126,74 | 24,71 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 150 | 0,54 | 0,22 | 15,47 | 76,41 | 66,00 |
| | TK №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| | TK №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 555 | 19,69 | 22,23 | 63,74 | 546,31 | 96,86 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 270 | -ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ) | 60 | 12,58 | 7,29 | 6,56 | 141,97 | 0,27 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 120 | 2,32 | 3,76 | 18,80 | 118,40 | 16,80 |
| | TK №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 5,04 | 20,55 | 0,02 |
| 2008 | пром. | ВАФЛИ | 25 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 380 | 16,66 | 11,27 | 41,00 | 331,91 | 17,09 |
| Всего | | | | 45,92 | 49,47 | 160,32 | 1 285,93 | 123,63 |

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



Е.Г. Положенцева

МЕНЮ

16 апреля 2026 г.

Сад 12 часов (2 здание)

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 30 | 0,85 | 3,49 | 14,73 | 92,10 | 0,04 |
| 2008 | 189 | -КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 10,87 | 14,59 | 36,26 | 320,78 | 0,00 |
| 2008 | 433 | -КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 1,50 | 1,47 | 8,17 | 52,36 | 0,00 |
| Итого | | | 410 | 13,22 | 19,55 | 59,16 | 465,24 | 0,04 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,91 | 47,55 | 10,12 |
| Итого | | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,91 | 47,55 | 10,12 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | -САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 50 | 0,70 | 3,85 | 4,12 | 53,87 | 1,93 |
| 2012 | 77 | -СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ | 200 | 1,94 | 2,45 | 14,94 | 89,74 | 5,75 |
| 2012 | 287 | -ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) | 70 | 11,37 | 12,32 | 6,27 | 183,89 | 0,49 |
| 2012 | 160 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ | 130 | 4,12 | 9,41 | 9,76 | 140,79 | 26,76 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 180 | 0,68 | 0,28 | 15,70 | 80,81 | 81,81 |
| | TK №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| | TK №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 670 | 21,63 | 29,07 | 69,55 | 642,29 | 116,74 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 270 | -ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ) | 80 | 18,41 | 10,05 | 9,01 | 199,79 | 0,40 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 150 | 2,90 | 4,70 | 23,50 | 148,00 | 21,00 |
| | TK №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,12 | 0,00 | 8,11 | 32,91 | 0,02 |
| 2008 | пром. | ВАФЛИ | 30 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 460 | 22,75 | 14,93 | 49,10 | 421,49 | 21,42 |
| Всего | | | | 58,00 | 63,95 | 187,72 | 1 576,57 | 148,32 |

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

16 апреля 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 | 14,91 | 114,62 | 0,04 |
| 2008 | 189 | -КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 6,47 | 8,83 | 23,65 | 200,42 | 0,00 |
| 2008 | 433 | -КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 1,30 | 1,28 | 7,58 | 47,38 | 0,00 |
| Итого | | | 330 | 9,18 | 15,58 | 46,14 | 362,42 | 0,04 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 95 | 0,39 | 0,39 | 9,44 | 45,29 | 9,64 |
| Итого | | | 95 | 0,39 | 0,39 | 9,44 | 45,29 | 9,64 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | -САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 40 | 0,56 | 3,04 | 3,30 | 42,70 | 1,54 |
| 2012 | 77 | -СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ | 150 | 1,34 | 1,65 | 10,34 | 61,55 | 4,18 |
| 2012 | 287 | -ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) | 60 | 10,22 | 10,56 | 4,56 | 155,92 | 0,43 |
| 2012 | 160 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ | 120 | 4,54 | 6,05 | 13,43 | 126,74 | 24,71 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 150 | 0,54 | 0,22 | 15,47 | 76,41 | 66,00 |
| | TK №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 |
| | TK №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 555 | 19,69 | 22,23 | 63,74 | 546,31 | 96,86 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 270 | -ЛУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ) | 60 | 12,58 | 7,29 | 6,56 | 141,97 | 0,27 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 120 | 2,32 | 3,76 | 18,80 | 118,40 | 16,80 |
| | TK №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 5,04 | 20,55 | 0,02 |
| 2008 | пром. | ВАФЛИ | 25 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 380 | 16,66 | 11,27 | 41,00 | 331,91 | 17,09 |
| Всего | | | | 45,92 | 49,47 | 160,32 | 1 285,93 | 123,63 |

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
16.04.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

16 апреля 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 | 14,91 | 114,62 | 0,04 |
| 2008 | 189 | -КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 6,47 | 8,83 | 23,65 | 200,42 | 0,00 |
| 2008 | 433 | -КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 1,30 | 1,28 | 7,58 | 47,38 | 0,00 |
| Итого | | | 330 | 9,18 | 15,58 | 46,14 | 362,42 | 0,04 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | пром. | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 95 | 0,39 | 0,39 | 9,44 | 45,29 | 9,64 |
| Итого | | | 95 | 0,39 | 0,39 | 9,44 | 45,29 | 9,64 |

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
16.04.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

16 апреля 2026 г.

Ясли 5 часов вечер (2 здание)

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|------------------|---------------|--------------------------|------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 270 | -ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ) | 60 | 12,58 | 7,29 | 6,56 | 141,97 | 0,27 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 120 | 2,32 | 3,76 | 18,80 | 118,40 | 16,80 |
| | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| 2008 | 430 | -ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 5,04 | 20,55 | 0,02 |
| 2008 | пром. | ВАФЛИ | 25 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 380 | 16,66 | 11,27 | 41,00 | 331,91 | 17,09 |