

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
19.03.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

19 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	0,85	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

19 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	14,91	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
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
	ТК №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
	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
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

19 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	0,85	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

19 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	14,91	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
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
	ТК №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
	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
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
19.03.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

19 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	14,91	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
19.03.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

19 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	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