

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



Е.Г. Положенцева

МЕНЮ

20 марта 2026 г.

Сад 12 часов (1 здание)

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,96	6,90	11,70	123,70	0,00
2008	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,32	9,09	38,72	270,65	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,28	2,31	11,95	78,01	0,00
Итого			410	11,56	18,30	62,37	472,36	0,00
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Итого			125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,78	2,58	3,88	43,01	13,41
2008	103	-СУП ОВОЩНОЙ	200	3,20	2,00	16,90	100,16	29,82
2023	1029	-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,26	12,97	7,74	188,95	0,00
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	6,27	4,27	44,33	241,11	10,87
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	180	0,20	0,02	6,87	32,33	3,67
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,29	0,17	8,27	39,77	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,89	15,69	80,00	0,00
Итого			700	24,29	22,90	103,68	725,33	57,77
Полдник								
2008	261	-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	11,89	7,54	1,17	134,61	8,90
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	160	4,19	10,47	8,43	145,45	32,92
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,29	0,17	8,27	39,77	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,17	33,19	0,02
Итого			440	17,49	18,18	26,04	353,02	41,84
Всего				57,34	62,76	199,34	1 625,71	100,49

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



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
20.03.2026

Е.Г. Положенцева

МЕНЮ

20 марта 2026 г.

Ясли 12 часов (1 здание)

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,81	5,04	10,16	90,54	0,00
2008	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,42	6,71	25,63	185,13	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,27	1,25	7,19	45,28	0,00
Итого			330	7,50	13,00	42,98	320,95	0,00
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	100	3,20	2,70	5,80	60,00	0,70
Итого			100	3,20	2,70	5,80	60,00	0,70
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,46	1,52	2,32	25,58	8,09
2008	103	-СУП ОВОЩНОЙ	150	2,40	1,51	12,50	74,59	21,32
2023	1029	-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	8,24	10,35	6,19	150,92	0,00
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	5,25	4,83	37,15	213,19	8,80
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	150	0,16	0,02	10,23	45,01	3,06
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,29	0,17	8,27	39,77	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,74	13,11	66,81	0,00
Итого			555	19,71	19,14	89,77	615,87	41,27
Полдник								
2008	261	-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	60	11,87	6,32	1,02	122,80	8,90
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	140	3,70	7,75	7,34	114,62	28,83
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,29	0,17	8,27	39,77	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			370	16,96	14,24	21,67	297,74	37,75
Всего				47,37	49,08	160,22	1 294,56	79,72

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

20 марта 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,96	6,90	11,70	123,70	0,00
2008	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,32	9,09	38,72	270,65	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,28	2,31	11,95	78,01	0,00
Итого			410	11,56	18,30	62,37	472,36	0,00
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Итого			125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,78	2,58	3,88	43,01	13,41
2008	103	-СУП ОВОЩНОЙ	200	3,20	2,00	16,90	100,16	29,82
2023	1029	-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,26	12,97	7,74	188,95	0,00
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	6,27	4,27	44,33	241,11	10,87
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	180	0,20	0,02	6,87	32,33	3,67
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,29	0,17	8,27	39,77	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,89	15,69	80,00	0,00
Итого			700	24,29	22,90	103,68	725,33	57,77
Полдник								
2008	261	-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	11,89	7,54	1,17	134,61	8,90
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	160	4,19	10,47	8,43	145,45	32,92
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,29	0,17	8,27	39,77	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,17	33,19	0,02
Итого			440	17,49	18,18	26,04	353,02	41,84
Всего				57,34	62,76	199,34	1 625,71	100,49

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
20.03.2026

Е.Г.Положенцева



МЕНЮ

20 марта 2026 г.

Ясли 12 часов (2 здание)

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,81	5,04	10,16	90,54	0,00
2008	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,42	6,71	25,63	185,13	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,27	1,25	7,19	45,28	0,00
Итого			330	7,50	13,00	42,98	320,95	0,00
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	100	3,20	2,70	5,80	60,00	0,70
Итого			100	3,20	2,70	5,80	60,00	0,70
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,46	1,52	2,32	25,58	8,09
2008	103	-СУП ОВОЩНОЙ	150	2,40	1,51	12,50	74,59	21,32
2023	1029	-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	8,24	10,35	6,19	150,92	0,00
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	5,25	4,83	37,15	213,19	8,80
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	150	0,16	0,02	10,23	45,01	3,06
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,29	0,17	8,27	39,77	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,74	13,11	66,81	0,00
Итого			555	19,71	19,14	89,77	615,87	41,27
Полдник								
2008	261	-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	60	11,87	6,32	1,02	122,80	8,90
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	140	3,70	7,75	7,34	114,62	28,83
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,29	0,17	8,27	39,77	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			370	16,96	14,24	21,67	297,74	37,75
Всего				47,37	49,08	160,22	1 294,56	79,72

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
 20.03.2026

Е.Г.Положенцева



МЕНЮ

20 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
2008	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,42	6,71	25,63	185,13	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,27	1,25	7,19	45,28	0,00
Итого			330	7,50	13,00	42,98	320,95	0,00
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	100	3,20	2,70	5,80	60,00	0,70
Итого			100	3,20	2,70	5,80	60,00	0,70

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

20 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								
2008	261	-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	60	11,87	6,32	1,02	122,80	8,90
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	140	3,70	7,75	7,34	114,62	28,83
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,29	0,17	8,27	39,77	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			370	16,96	14,24	21,67	297,74	37,75