

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



Е.Г.Положенцева

## МЕНЮ

**27 марта 2026 г.**

**Сад 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,25	5,21	10,24	95,00	0,10
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,60	9,74	34,49	261,39	1,06
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,08	32,80	0,02
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>12,97</b>	<b>14,95</b>	<b>52,81</b>	<b>389,19</b>	<b>1,18</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	ЙОГУРТ	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>4,00</b>	<b>3,38</b>	<b>7,25</b>	<b>75,00</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2008	48	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	50	2,00	4,81	3,54	65,70	1,69
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,64	5,81	16,51	143,19	5,42
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200/15	17,60	19,50	24,47	348,02	11,01
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,68	0,28	15,80	81,42	82,80
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>695</b>	<b>29,46</b>	<b>31,35</b>	<b>83,77</b>	<b>754,82</b>	<b>100,92</b>
<b>Полдник</b>								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80	11,44	4,79	13,03	140,98	1,16
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	2,04	5,28	24,10	140,59	14,92
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,08	32,80	0,02
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>15,59</b>	<b>10,33</b>	<b>57,93</b>	<b>375,56</b>	<b>16,10</b>
<b>Всего</b>				<b>62,02</b>	<b>60,01</b>	<b>201,76</b>	<b>1 594,57</b>	<b>119,08</b>

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  
27.03.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

27 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,17	6,16	21,53	163,00	0,65
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>9,09</b>	<b>9,69</b>	<b>36,85</b>	<b>272,35</b>	<b>0,74</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>2,80</b>	<b>2,50</b>	<b>4,51</b>	<b>56,51</b>	<b>0,70</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	40	2,59	5,64	3,21	74,39	1,52
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	4,34	4,28	12,12	105,85	4,06
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160/15	14,05	18,91	19,55	308,90	8,81
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,58	0,24	16,23	80,34	70,00
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>24,76</b>	<b>29,98</b>	<b>72,44</b>	<b>675,77</b>	<b>84,39</b>
<b>Полдник</b>								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	11,55	3,32	9,77	114,95	0,94
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	110	1,90	4,18	12,89	96,76	5,00
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,04	28,51	0,00
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>14,77</b>	<b>7,68</b>	<b>38,18</b>	<b>281,01</b>	<b>5,94</b>
<b>Всего</b>				<b>51,42</b>	<b>49,85</b>	<b>151,98</b>	<b>1 285,64</b>	<b>91,77</b>

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



Е.Г.Положенцева

**МЕНЮ**

**27 марта 2026 г.**

**Сад 12 часов ( 2 здание )**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,25	5,21	10,24	95,00	0,10
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,60	9,74	34,49	261,39	1,06
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,08	32,80	0,02
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>12,97</b>	<b>14,95</b>	<b>52,81</b>	<b>389,19</b>	<b>1,18</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	ЙОГУРТ	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>4,00</b>	<b>3,38</b>	<b>7,25</b>	<b>75,00</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2008	48	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	50	2,00	4,81	3,54	65,70	1,69
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,64	5,81	16,51	143,19	5,42
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200/15	17,60	19,50	24,47	348,02	11,01
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,68	0,28	15,80	81,42	82,80
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>695</b>	<b>29,46</b>	<b>31,35</b>	<b>83,77</b>	<b>754,82</b>	<b>100,92</b>
<b>Полдник</b>								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80	11,44	4,79	13,03	140,98	1,16
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	2,04	5,28	24,10	140,59	14,92
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,08	32,80	0,02
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>15,59</b>	<b>10,33</b>	<b>57,93</b>	<b>375,56</b>	<b>16,10</b>
<b>Всего</b>				<b>62,02</b>	<b>60,01</b>	<b>201,76</b>	<b>1 594,57</b>	<b>119,08</b>

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

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий  
27.03.2026

Е.Г.Положенцева

**МЕНЮ**

**27 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,17	6,16	21,53	163,00	0,65
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>9,09</b>	<b>9,69</b>	<b>36,85</b>	<b>272,35</b>	<b>0,74</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>2,80</b>	<b>2,50</b>	<b>4,51</b>	<b>56,51</b>	<b>0,70</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	40	2,59	5,64	3,21	74,39	1,52
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	4,34	4,28	12,12	105,85	4,06
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160/15	14,05	18,91	19,55	308,90	8,81
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,58	0,24	16,23	80,34	70,00
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>24,76</b>	<b>29,98</b>	<b>72,44</b>	<b>675,77</b>	<b>84,39</b>
<b>Полдник</b>								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	11,55	3,32	9,77	114,95	0,94
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	110	1,90	4,18	12,89	96,76	5,00
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,04	28,51	0,00
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>14,77</b>	<b>7,68</b>	<b>38,18</b>	<b>281,01</b>	<b>5,94</b>
<b>Всего</b>				<b>51,42</b>	<b>49,85</b>	<b>151,98</b>	<b>1 285,64</b>	<b>91,77</b>

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  
27.03.2026

Е.Г.Положенцева



**МЕНЮ**

**27 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		
<b>Полдник</b>								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	11,55	3,32	9,77	114,95	0,94
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	110	1,90	4,18	12,89	96,76	5,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	7,04	28,51	0,00
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>14,77</b>	<b>7,68</b>	<b>38,18</b>	<b>281,01</b>	<b>5,94</b>

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  
27.03.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

27 марта 2026 г.

Ясли 5 часов утро ( 2 здание )

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,17	6,16	21,53	163,00	0,65
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>9,09</b>	<b>9,69</b>	<b>36,85</b>	<b>272,35</b>	<b>0,74</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>2,80</b>	<b>2,50</b>	<b>4,51</b>	<b>56,51</b>	<b>0,70</b>