

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Елена Г. Положенцева  
 29.12.2025



МЕНЮ

29 декабря 2025 г.

Сад 12 часов ( 1 здание )

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,06	8,13	34,30	257,15	0,49
	TK№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
<b>Итого</b>			<b>423</b>	<b>10,42</b>	<b>12,23</b>	<b>49,82</b>	<b>355,15</b>	<b>1,59</b>
<b>II Завтрак</b>								
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,92	44,42	4,02
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,92</b>	<b>44,42</b>	<b>4,02</b>
<b>Обед</b>								
	TK№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,43	0,05	0,90	6,91	2,66
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	6,24	5,60	15,71	138,46	6,66
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13,41	12,16	3,48	176,92	0,39
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	4,87	4,83	34,41	200,96	10,22
	TK№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>28,27</b>	<b>23,56</b>	<b>99,00</b>	<b>723,49</b>	<b>20,83</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	19,08	23,29	41,09	449,94	1,65
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,54	2,59	17,22	110,82	0,05
<b>Итого</b>			<b>461</b>	<b>25,32</b>	<b>26,08</b>	<b>77,31</b>	<b>645,76</b>	<b>1,70</b>
<b>Всего</b>			<b>64,41</b>	<b>62,27</b>	<b>236,05</b>	<b>1 768,82</b>	<b>28,14</b>	

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

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий Е.Г. Плодженцева  
29.12.2025



**МЕНЮ**

**29 декабря 2025 г.**

**Ясли 12 часов ( 1 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,89	6,01	25,51	183,62	0,39
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/6/7	0,10	0,00	7,16	30,24	0,92
<b>Итого</b>			<b>343</b>	<b>8,23</b>	<b>10,11</b>	<b>39,67</b>	<b>275,86</b>	<b>1,31</b>
<b>II Завтрак</b>								
	TKN№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,32	41,77	3,78
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,38</b>	<b>0,38</b>	<b>9,32</b>	<b>41,77</b>	<b>3,78</b>
<b>Обед</b>								
	TKN№009	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,34	0,04	0,73	5,56	2,14
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	5,13	4,60	14,21	118,75	5,80
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,86	6,20	2,71	109,83	0,30
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	3,86	4,27	27,22	162,97	8,14
	TKN№025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,69	51,77	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,46	0,67	10,24	52,27	0,00
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>23,42</b>	<b>16,08</b>	<b>85,50</b>	<b>581,85</b>	<b>17,18</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	15,38	17,07	32,88	346,46	1,32
	TKN№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,79	4,11	26,06	168,61	0,07
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>23,50</b>	<b>21,34</b>	<b>74,45</b>	<b>584,30</b>	<b>2,19</b>
<b>Всего</b>			<b>55,53</b>	<b>47,91</b>	<b>208,94</b>	<b>1 483,78</b>	<b>24,46</b>	

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Е. Г. Положенцева  
 29.12.2025



## МЕНЮ

29 декабря 2025 г.

Сад 12 часов ( 2 здание )

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,06	8,13	34,30	257,15	0,49
	TK№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
<b>Итого</b>			<b>423</b>	<b>10,42</b>	<b>12,23</b>	<b>49,82</b>	<b>355,15</b>	<b>1,59</b>
<b>II Завтрак</b>								
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,92	44,42	4,02
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,92</b>	<b>44,42</b>	<b>4,02</b>
<b>Обед</b>								
	TK№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,43	0,05	0,90	6,91	2,66
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	6,24	5,60	15,71	138,46	6,66
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13,41	12,16	3,48	176,92	0,39
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	4,87	4,83	34,41	200,96	10,22
	TK№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>28,27</b>	<b>23,56</b>	<b>99,00</b>	<b>723,49</b>	<b>20,83</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	19,08	23,29	41,09	449,94	1,65
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,54	2,59	17,22	110,82	0,05
<b>Итого</b>			<b>461</b>	<b>25,32</b>	<b>26,08</b>	<b>77,31</b>	<b>645,76</b>	<b>1,70</b>
<b>Всего</b>			<b>64,41</b>	<b>62,27</b>	<b>236,05</b>	<b>1 768,82</b>	<b>28,14</b>	

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

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий *Е.Г. Положенцева*  
29.12.2025



**МЕНЮ**

**29 декабря 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,89	6,01	25,51	183,62	0,39
	TK№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/6/7	0,10	0,00	7,16	30,24	0,92
<b>Итого</b>			<b>343</b>	<b>8,23</b>	<b>10,11</b>	<b>39,67</b>	<b>275,86</b>	<b>1,31</b>
<b>II Завтрак</b>								
	TK№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,32	41,77	3,78
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,38</b>	<b>0,38</b>	<b>9,32</b>	<b>41,77</b>	<b>3,78</b>
<b>Обед</b>								
	TK№009	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,34	0,04	0,73	5,56	2,14
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	5,13	4,60	14,21	118,75	5,80
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,86	6,20	2,71	109,83	0,30
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	3,86	4,27	27,22	162,97	8,14
	TK№025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
	TK№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,69	51,77	0,00
	TK№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,46	0,67	10,24	52,27	0,00
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>23,42</b>	<b>16,08</b>	<b>85,50</b>	<b>581,85</b>	<b>17,18</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	15,38	17,07	32,88	346,46	1,32
	TK№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	TK№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,79	4,11	26,06	168,61	0,07
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>23,50</b>	<b>21,34</b>	<b>74,45</b>	<b>584,30</b>	<b>2,19</b>
<b>Всего</b>			<b>55,53</b>	<b>47,91</b>	<b>208,94</b>	<b>1 483,78</b>	<b>24,46</b>	

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Г.Г. Попоженцева  
 29.12.2025



МЕНЮ

29 декабря 2025 г.

Ясли 5 часов утра ( 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>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,89	6,01	25,51	183,62	0,39
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/6/7	0,10	0,00	7,16	30,24	0,92
<b>Итого</b>			<b>343</b>	<b>8,23</b>	<b>10,11</b>	<b>39,67</b>	<b>275,86</b>	<b>1,31</b>
<b>II Завтрак</b>								
	TKN№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,32	41,77	3,78
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,38</b>	<b>0,38</b>	<b>9,32</b>	<b>41,77</b>	<b>3,78</b>

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Е.Г. Положенцева  
 29.12.2025



МЕНЮ

29 декабря 2025 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		
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	15,38	17,07	32,88	, 346,46	1,32
	TKNº030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	TKNº003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,79	4,11	26,06	168,61	0,07
<b>Итого</b>			<b>343</b>	<b>8,23</b>	<b>10,11</b>	<b>39,67</b>	<b>275,86</b>	<b>1,31</b>