

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

30 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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	0,85	3,49	14,73	92,10	0,04
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7,67	11,30	28,64	247,26	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,40	2,29	12,62	80,91	0,00
Итого			410	10,92	17,08	55,99	420,27	0,04
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	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	2,91	1,25	32,73	2,06
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	2,65	2,22	19,54	108,98	5,27
2008	68	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	70	10,36	9,45	1,47	132,26	0,22
2008	136	-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	130	5,75	3,07	50,01	250,66	2,24
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,11	32,91	0,02
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,90	0,73	13,02	66,35	0,00
Итого			691	22,84	18,60	104,00	674,88	9,81
Полдник								
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	16,99	12,25	4,88	217,29	11,62
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	4,14	5,37	32,12	193,87	11,68
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,75	27,00	0,00
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			460	23,12	17,88	56,47	499,35	23,30
Всего				60,88	56,94	223,71	1 669,50	34,03

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

30 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	1,36	4,17	17,32	112,30	0,06
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,72	8,21	21,22	181,93	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,32	1,24	7,52	46,70	0,00
Итого			330	8,40	13,62	46,06	340,93	0,06
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	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,37	4,90	1,26	50,50	1,78
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10	2,04	1,88	14,98	85,09	4,02
2008	68	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	60	8,02	7,29	0,71	100,22	0,15
2008	136	-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	120	5,29	2,89	45,98	231,11	2,07
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
	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			570	18,64	17,72	86,73	580,66	8,04
Полдник								
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,89	9,70	3,83	169,02	8,72
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	110	3,20	4,19	24,94	150,48	9,25
2008	376	-КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,92	23,65	0,00
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			340	17,41	14,07	43,17	383,94	17,97
Всего				47,65	48,11	181,76	1 365,53	26,77

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

30 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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	0,85	3,49	14,73	92,10	0,04
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7,67	11,30	28,64	247,26	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,40	2,29	12,62	80,91	0,00
Итого			410	10,92	17,08	55,99	420,27	0,04
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	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	2,91	1,25	32,73	2,06
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	2,65	2,22	19,54	108,98	5,27
2008	68	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	70	10,36	9,45	1,47	132,26	0,22
2008	136	-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	130	5,75	3,07	50,01	250,66	2,24
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	8,11	32,91	0,02
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,90	0,73	13,02	66,35	0,00
Итого			691	22,84	18,60	104,00	674,88	9,81
Полдник								
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	16,99	12,25	4,88	217,29	11,62
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	4,14	5,37	32,12	193,87	11,68
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,75	27,00	0,00
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			460	23,12	17,88	56,47	499,35	23,30
Всего				60,88	56,94	223,71	1 669,50	34,03

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



Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

30 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	1,36	4,17	17,32	112,30	0,06
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,72	8,21	21,22	181,93	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,32	1,24	7,52	46,70	0,00
Итого			330	8,40	13,62	46,06	340,93	0,06
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	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,37	4,90	1,26	50,50	1,78
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10	2,04	1,88	14,98	85,09	4,02
2008	68	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	60	8,02	7,29	0,71	100,22	0,15
2008	136	-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	120	5,29	2,89	45,98	231,11	2,07
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
	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			570	18,64	17,72	86,73	580,66	8,04
Полдник								
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,89	9,70	3,83	169,02	8,72
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	110	3,20	4,19	24,94	150,48	9,25
2008	376	-КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,92	23,65	0,00
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			340	17,41	14,07	43,17	383,94	17,97
Всего				47,65	48,11	181,76	1 365,53	26,77

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

УТВЕРЖДАЮ

заведующий
30.03.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

30 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	1,36	4,17	17,32	112,30	0,06
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,72	8,21	21,22	181,93	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,32	1,24	7,52	46,70	0,00
Итого			330	8,40	13,62	46,06	340,93	0,06
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)**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
30.03.2026

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

30 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								
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,89	9,70	3,83	169,02	8,72
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	110	3,20	4,19	24,94	150,48	9,25
2008	376	-КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,92	23,65	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			340	17,41	14,07	43,17	383,94	17,97