

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  **Е.Г. Положенцева**

03.12.2025



МЕНЮ

3 декабря 2025 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 ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	0,35	2,12	0,74	23,37	0,47
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	18,00	21,99	2,96	281,96	0,23
	TK№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			410	22,55	28,61	32,20	457,33	3,00
II Завтрак								
2008	442	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,37	0,05	1,17	6,56	4,68
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	200/5	3,01	3,86	20,16	130,24	8,12
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	20,93	19,64	17,16	328,62	1,49
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			735	33,73	30,07	93,79	809,32	14,49
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,01	13,01	10,27	217,19	1,70
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125	4,81	4,06	8,72	90,19	1,05
Итого			530	20,64	17,28	46,49	423,18	5,05
Всего				76,92	75,96	172,48	1 689,83	22,54

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

03.12.2025

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

3 декабря 2025 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 ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,22	1,11	0,46	12,72	0,70
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	14,68	18,25	2,40	232,56	0,18
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,32	1,99	10,54	69,72	0,42
Итого			330	18,62	23,45	29,20	383,00	3,10
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,04	0,94	5,27	3,76
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	150/10	5,44	5,87	18,76	152,51	7,56
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,97	13,98	12,27	234,61	1,07
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			590	28,69	25,33	79,70	664,69	12,49
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	11,75	12,44	8,49	195,41	1,47
	ТК№037	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	4,81	4,06	8,72	90,19	1,05
Итого			460	17,66	16,63	37,71	370,60	4,42
Всего				64,97	65,41	146,61	1 418,29	20,01

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



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

03.12.2025

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

3 декабря 2025 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 ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	0,35	2,12	0,74	23,37	0,47
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	18,00	21,99	2,96	281,96	0,23
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			410	22,55	28,61	32,20	457,33	3,00
II Завтрак								
2008	442	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,37	0,05	1,17	6,56	4,68
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	200/5	3,01	3,86	20,16	130,24	8,12
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	20,93	19,64	17,16	328,62	1,49
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			735	33,73	30,07	93,79	809,32	14,49
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,01	13,01	10,27	217,19	1,70
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	4,81	4,06	8,72	90,19	1,05
Итого			530	20,64	17,28	46,49	423,18	5,05
Всего				76,92	75,96	172,48	1 689,83	22,54

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

03.12.2025

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

3 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,22	1,11	0,46	12,72	0,70
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	14,68	18,25	2,40	232,56	0,18
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,32	1,99	10,54	69,72	0,42
Итого			330	18,62	23,45	29,20	383,00	3,10
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	TKN№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,04	0,94	5,27	3,76
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	150/10	5,44	5,87	18,76	152,51	7,56
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,97	13,98	12,27	234,61	1,07
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			590	28,69	25,33	79,70	664,69	12,49
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	11,75	12,44	8,49	195,41	1,47
	TKN№037	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	4,81	4,06	8,72	90,19	1,05
Итого			460	17,66	16,63	37,71	370,60	4,42
Всего				64,97	65,41	146,61	1 418,29	20,01

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



Заведующий Е.Г.Положенцева
03.12.2025

МЕНЮ

3 декабря 2025 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 ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,22	1,11	0,46	12,72	0,70
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	14,68	18,25	2,40	232,56	0,18
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,32	1,99	10,54	69,72	0,42
Итого			330	18,62	23,45	29,20	383,00	3,10
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

03.12.2025

Е.Г.Положенцева

МЕНЮ

3 декабря 2025 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	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	12,76	13,23	8,06	204,54	1,57
	ТК№037	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	4,00	3,38	7,25	75,00	0,88
Итого			460	17,86	16,74	35,81	364,54	4,35