

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

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий  Е.Г.Положенцева  
11.02.2026

**МЕНЮ**

**11 февраля 2026 г.**

**Сад 12 часов ( 1 здание )**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                   | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 30    | 4,25              | 5,21    | 10,24            | 95,00                                    | 0,10                  |
| 2008                          | 189                 | -КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ        | 200   | 8,07              | 7,58    | 38,92            | 257,49                                   | 1,06                  |
| 2012                          | 395                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                   | 180   | 2,67              | 2,16    | 11,52            | 77,01                                    | 0,38                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 410   | 14,99             | 14,95   | 60,68            | 429,50                                   | 1,54                  |
| 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    | 0,79              | 2,55    | 3,88             | 42,81                                    | 13,73                 |
| 2012                          | 67                  | -ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 200   | 2,18              | 2,76    | 11,55            | 82,18                                    | 10,87                 |
| 2012                          | 277                 | -ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                          | 70    | 14,38             | 13,35   | 9,84             | 216,73                                   | 0,88                  |
| 2012                          | 414                 | -КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                       | 130   | 2,02              | 3,72    | 24,64            | 136,76                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | -КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ                   | 180   | 1,39              | 1,63    | 16,76            | 87,38                                    | 0,08                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 20    | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20    | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 670   | 23,58             | 24,77   | 85,43            | 659,05                                   | 25,56                 |
| Полдник                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 249                 | -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                        | 75    | 15,36             | 7,01    | 2,59             | 134,37                                   | 0,32                  |
| 2012                          | 341                 | КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В<br>СМЕТАНЕ          | 130   | 1,25              | 4,91    | 21,01            | 138,44                                   | 4,14                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30    | 1,99              | 0,26    | 12,72            | 61,19                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | -ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 180   | 0,12              | 0,00    | 8,08             | 32,80                                    | 0,02                  |
| 2008                          | пром.               | ВАФЛИ                                             | 30    | 0,84              | 0,99    | 23,19            | 106,20                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 445   | 19,56             | 13,17   | 67,59            | 473,00                                   | 4,48                  |
| Всего                         |                     |                                                   |       | 62,13             | 56,27   | 220,95           | 1 636,55                                 | 32,46                 |

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

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий  Е.Г. Положенцева  
**11.02.2026**

**МЕНЮ**

**11 февраля 2026 г.**

**Ясли 12 часов ( 1 здание )**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                   | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 30    | 4,05              | 3,83    | 10,28            | 92,44                                    | 0,08                  |
| 2008                          | 189                 | -КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ        | 150   | 5,26              | 5,86    | 25,47            | 176,63                                   | 0,68                  |
| 2008                          | 433                 | -КАКАО С МОЛОКОМ                                  | 150   | 1,50              | 1,18    | 7,52             | 47,29                                    | 0,19                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 330   | 10,81             | 10,87   | 43,27            | 316,36                                   | 0,95                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 401                 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ                                   | 100   | 2,80              | 2,50    | 4,51             | 56,51                                    | 0,70                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 100   | 2,80              | 2,50    | 4,51             | 56,51                                    | 0,70                  |
| Обед                          |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 40                  | -САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                        | 40    | 0,64              | 2,04    | 3,34             | 35,21                                    | 10,06                 |
| 2012                          | 67                  | -ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 150   | 1,24              | 1,84    | 6,96             | 50,74                                    | 2,28                  |
| 2012                          | 277                 | -ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                          | 60    | 12,31             | 11,05   | 8,42             | 182,22                                   | 0,76                  |
| 2012                          | 414                 | -КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                       | 110   | 1,71              | 3,15    | 18,45            | 90,04                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | -КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ                   | 150   | 1,16              | 1,38    | 13,83            | 72,49                                    | 0,07                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 20    | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20    | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 550   | 19,88             | 20,22   | 69,76            | 523,89                                   | 13,17                 |
| Полдник                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 249                 | -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                        | 60    | 14,46             | 7,37    | 0,59             | 126,26                                   | 0,30                  |
| 2012                          | 341                 | КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ                       | 120   | 1,15              | 4,49    | 15,17            | 103,05                                   | 3,83                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 25    | 1,66              | 0,22    | 10,60            | 50,99                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | -ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 150   | 0,10              | 0,00    | 5,04             | 20,55                                    | 0,02                  |
| 2008                          | пром.               | ВАФЛИ                                             | 25    | 0,70              | 0,83    | 19,33            | 88,50                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 380   | 18,07             | 12,91   | 50,73            | 389,35                                   | 4,15                  |
| Всего                         |                     |                                                   |       | 51,56             | 46,50   | 168,27           | 1 286,11                                 | 18,97                 |

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

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий

11.02.2026

Е.Г.Положенцева

**МЕНЮ**

**11 февраля 2026 г.**

**Сад 12 часов ( 2 здание )**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                   | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 30    | 4,25              | 5,21    | 10,24            | 95,00                                    | 0,10                  |
| 2008                          | 189                 | -КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ        | 200   | 8,07              | 7,58    | 38,92            | 257,49                                   | 1,06                  |
| 2012                          | 395                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                   | 180   | 2,67              | 2,16    | 11,52            | 77,01                                    | 0,38                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 410   | 14,99             | 14,95   | 60,68            | 429,50                                   | 1,54                  |
| 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    | 0,79              | 2,55    | 3,88             | 42,81                                    | 13,73                 |
| 2012                          | 67                  | -ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 200   | 2,18              | 2,76    | 11,55            | 82,18                                    | 10,87                 |
| 2012                          | 277                 | -ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                          | 70    | 14,38             | 13,35   | 9,84             | 216,73                                   | 0,88                  |
| 2012                          | 414                 | -КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                       | 130   | 2,02              | 3,72    | 24,64            | 136,76                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | -КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ                   | 180   | 1,39              | 1,63    | 16,76            | 87,38                                    | 0,08                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 20    | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20    | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 670   | 23,58             | 24,77   | 85,43            | 659,05                                   | 25,56                 |
| Полдник                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 249                 | -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                        | 75    | 15,36             | 7,01    | 2,59             | 134,37                                   | 0,32                  |
| 2012                          | 341                 | КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В<br>СМЕТАНЕ          | 130   | 1,25              | 4,91    | 21,01            | 138,44                                   | 4,14                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30    | 1,99              | 0,26    | 12,72            | 61,19                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | -ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 180   | 0,12              | 0,00    | 8,08             | 32,80                                    | 0,02                  |
| 2008                          | пром.               | ВАФЛИ                                             | 30    | 0,84              | 0,99    | 23,19            | 106,20                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 445   | 19,56             | 13,17   | 67,59            | 473,00                                   | 4,48                  |
| Всего                         |                     |                                                   |       | 62,13             | 56,27   | 220,95           | 1 636,55                                 | 32,46                 |

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

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий  Е.Г.Положенцева  
11.02.2026

## МЕНЮ

**11 февраля 2026 г.**

**Ясли 12 часов ( 2 здание )**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                   | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 30    | 4,05              | 3,83    | 10,28            | 92,44                                    | 0,08                  |
| 2008                          | 189                 | -КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ        | 150   | 5,26              | 5,86    | 25,47            | 176,63                                   | 0,68                  |
| 2008                          | 433                 | -КАКАО С МОЛОКОМ                                  | 150   | 1,50              | 1,18    | 7,52             | 47,29                                    | 0,19                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 330   | 10,81             | 10,87   | 43,27            | 316,36                                   | 0,95                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 401                 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ                                   | 100   | 2,80              | 2,50    | 4,51             | 56,51                                    | 0,70                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 100   | 2,80              | 2,50    | 4,51             | 56,51                                    | 0,70                  |
| Обед                          |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 40                  | -САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                        | 40    | 0,64              | 2,04    | 3,34             | 35,21                                    | 10,06                 |
| 2012                          | 67                  | -ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 150   | 1,24              | 1,84    | 6,96             | 50,74                                    | 2,28                  |
| 2012                          | 277                 | -ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                          | 60    | 12,31             | 11,05   | 8,42             | 182,22                                   | 0,76                  |
| 2012                          | 414                 | -КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                       | 110   | 1,71              | 3,15    | 18,45            | 90,04                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | -КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ                   | 150   | 1,16              | 1,38    | 13,83            | 72,49                                    | 0,07                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 20    | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20    | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 550   | 19,88             | 20,22   | 69,76            | 523,89                                   | 13,17                 |
| Полдник                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 249                 | -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                        | 60    | 14,46             | 7,37    | 0,59             | 126,26                                   | 0,30                  |
| 2012                          | 341                 | КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ                       | 120   | 1,15              | 4,49    | 15,17            | 103,05                                   | 3,83                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 25    | 1,66              | 0,22    | 10,60            | 50,99                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | -ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 150   | 0,10              | 0,00    | 5,04             | 20,55                                    | 0,02                  |
| 2008                          | пром.               | ВАФЛИ                                             | 25    | 0,70              | 0,83    | 19,33            | 88,50                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 380   | 18,07             | 12,91   | 50,73            | 389,35                                   | 4,15                  |
| Всего                         |                     |                                                   |       | 51,56             | 46,50   | 168,27           | 1 286,11                                 | 18,97                 |

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

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий  
11.02.2026

*Е.Г. Положенцева*  
Е.Г. Положенцева



**МЕНЮ  
11 февраля 2026 г.**

**Ясли 5 часов утро ( 2 здание )**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                         | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                            |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                   | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                         | 30    | 4,05              | 3,83    | 10,28            | 92,44                                    | 0,08                  |
| 2008                          | 189                 | -КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150   | 5,26              | 5,86    | 25,47            | 176,63                                   | 0,68                  |
| 2008                          | 433                 | -КАКАО С МОЛОКОМ                           | 150   | 1,50              | 1,18    | 7,52             | 47,29                                    | 0,19                  |
| Итого                         |                     |                                            | 330   | 10,81             | 10,87   | 43,27            | 316,36                                   | 0,95                  |
| II Завтрак                    |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 401                 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ                            | 100   | 2,80              | 2,50    | 4,51             | 56,51                                    | 0,70                  |
| Итого                         |                     |                                            | 100   | 2,80              | 2,50    | 4,51             | 56,51                                    | 0,70                  |

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

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий  **Е.Г. Положенцева**  
**11.02.2026**



## МЕНЮ

**11 февраля 2026 г.**

**Ясли 5 часов вечер ( 2 здание )**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда          | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                             |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Полдник                       |                     |                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 249                 | -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ  | 60    | 14,46             | 7,37    | 0,59             | 126,26                                   | 0,30                  |
| 2012                          | 341                 | КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ | 120   | 1,15              | 4,49    | 15,17            | 103,05                                   | 3,83                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ        | 25    | 1,66              | 0,22    | 10,60            | 50,99                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | -ЧАЙ С САХАРОМ              | 150   | 0,10              | 0,00    | 5,04             | 20,55                                    | 0,02                  |
| 2008                          | пром.               | ВАФЛИ                       | 25    | 0,70              | 0,83    | 19,33            | 88,50                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                             | 380   | 18,07             | 12,91   | 50,73            | 389,35                                   | 4,15                  |