

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 26 Курортного района Санкт-Петербурга

/Гудь И.А./



МЕНЮ

31 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
ТТК № 33	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.40	5.60	20.80	133	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180/5	6.10	9.00	22.70	196	1,20
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 28	28/1	ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	0.20	0.00	26.30	105	0,00
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.80	74	0,00
К/К	К/К	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.10	0.00	9.60	39	0,02
Итого			415	9.20	7.80	69.50	366	0,00
II Завтрак								
ТТК № 113	113/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180	0.90	0.20	18.20	83	0,00
Итого			180	0.90	0.20	18.20	83	0,00
Обед								
К/К	К/К	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0.00	0.00	1.00	13	1,20
ТТК № 12	12/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2.60	7.50	10.80	122	0,00
ТТК № 87	87/1	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	8.80	6.40	4.30	122	0,00
к/к	к/к	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	60	17.50	15.00	0.40	207	0,15
ТТК № 149	149/1	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	140	2.00	8.30	22.70	153	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 50	50/1	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.60	0.30	16.70	83	0,00
Итого			700	17.50	23.30	80.00	613	1,20
Полдник								
ТТК № 124	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	12.20	19.20	20.40	273	0,00
2008	309	РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	175	15.30	17.50	15.10	279	7,04
ТТК № 89/2	89/2	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 26 Курортного района Санкт-Петербурга

Гудь И.А./



МЕНЮ

1 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
ТТК № 34	34/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.70	4.70	25.50	161	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180/5	6.70	7.70	29.80	215	1,20
ТТК № 13	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.60	0.50	24.90	108	0,00
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.40	1.70	14.20	88	0,00
К/К	К/К	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.10	0.00	9.90	40	0,02
Итого			400	9.70	6.90	64.60	357	0,00
II Завтрак								
ТТК № 38	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.20	4.50	7.20	90	0,00
Итого			180	5.20	4.50	7.20	90	0,00
Обед								
ТТК № 54	54/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.70	0.10	2.30	13	0,00
ТТК № 81	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	4.70	4.20	21.00	128	0,00
ТТК № 153	153/1	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	80	6.30	10.30	9.00	171	0,00
ТТК № 45	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	3.00	4.20	25.70	152	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 129	129/1	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.10	0.10	18.00	75	0,00
Итого			700	17.60	19.60	95.90	637	0,00
Полдник								
ТТК № 25	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	12.00	15.40	34.20	361	0,00
ТТК № 80	80/1	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.50	1.40	3.90	30	0,00

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 26 Курортного района Санкт-Петербурга
/Гудь И.А./



МЕНЮ
2 апреля 2025 г
Сад 12 часов

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								
ТТК № 37	37/1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	180	2.90	8.10	24.10	126	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	180	5.60	9.00	24.10	202	1,80
ТТК № 17	17/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5.00	9.10	10.60	146	0,00
ТТК № 97	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.00	2.50	15.20	99	0,00
К/К	К/К	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.10	0.00	10.20	41	0,02
Итого			400	10.90	19.70	49.90	371	0,00
II Завтрак								
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5.00	4.50	19.80	97	0,00
Итого			180	5.00	4.50	19.80	97	0,00
Обед								
ТТК № 159	159/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	1.80	5.00	4.60	62	0,00
ТТК № 134	134/2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	200	3.80	5.40	9.80	92	0,00
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	250	1.90	5.80	11.60	106	10,48
ТТК № 162	162/1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	8.50	9.30	14.60	178	0,00
ТТК № 130	130/1	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	140	2.30	3.50	19.40	115	0,00
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергики)	140	3.00	5.40	24.20	158	12,26
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 41	41/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.60	0.00	17.20	70	0,00
Итого			710	20.50	24.00	90.10	637	0,00
Полдник								
ТТК № 68	68/1	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	6.50	7.60	8.50	118	0,00
ТТК № 53	53/1	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	1.20	3.00	12.30	69	0,00
ТТК №		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ						

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 26 Курортного района Санкт-Петербурга

/Гудь И.А./



МЕНЮ 4 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
ТТК № 36	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	3.60	5.60	20.60	148	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 60	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.40	2.60	14.60	88	0,00
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.40	1.70	14.20	88	0,00
Итого			400	8.90	10.40	60.00	378	0,00
II Завтрак								
ТТК № 38	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.20	4.50	7.20	90	0,00
Итого			180	5.20	4.50	7.20	90	0,00
Обед								
ТТК № 54	54/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.70	0.10	2.30	13	0,00
ТТК № 94	94/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2.80	5.50	7.50	106	0,00
ТТК № 142	142/1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	8.20	3.90	9.00	126	0,00
ТТК № 127	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	1.90	4.50	20.10	128	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00
ТТК № 113	113/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0.50	0.00	29.70	122	0,00
Итого			710	17.60	14.80	93.10	615	0,00
Полдник								
ТТК № 67	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	6.70	7.80	7.20	163	0,00
ТТК № 133	133/1	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	1.30	4.90	13.40	96	0,00
ТТК № 89	89/2	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	54	0,00