

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №49 комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга
/Ермолова Л.В./

МЕНЮ

4 марта 2026 г.

Ясли 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 № 34/1	34/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.10	5.20	20.20	143	0,50
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.00	1.10	21.20	107	0,00
ТТК № 90/1	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	170/10	0.10	0.00	6.50	27	0,00
Итого			370	6.20	6.30	47.90	277	0,50
II Завтрак								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.00	75	1,49
Итого			150	4.40	3.80	6.00	75	1,49
Обед								
ТТК № 120/1	120/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0.30	2.10	3.20	32	0,00
ТТК № 161/1	161/1	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)	180	2.00	4.10	7.70	77	0,00
ТТК № 11/1	11/1	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	60	7.00	7.40	8.50	129	0,43
ТТК № 158/1	158/1	РАГУ ОВОЩНОЕ (С СОУСОМ СМЕТАННЫМ)	120	1.50	3.90	12.50	91	61,36
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 98/1	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0.80	0.10	20.60	86	0,00
Итого			590	14.40	18.30	72.40	512	61,79
Полдник								
ТТК № 152/1	152/1	КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	60	6.60	7.40	3.80	103	0,00
ТТК № 157/1	157/1	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	115	1.20	3.90	10.10	81	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 40/1	40/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0.10	0.10	7.90	33	0,00
ТТК № 146/1	146/1	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	2.60	0.60	20.00	96	0,10
ТТК № 1/1	1/1/2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	95	0.40	0.30	9.80	45	2,01
Итого			480	12.20	12.50	60.90	402	2,11
Всего				37.20	40.90	187.20	1 266	65,89

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №49 комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга
/Ермолова Л.В./

**МЕНЮ**

4 марта 2026 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 № 34/1	34/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4.00	5.60	24.30	166	0,50
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 90/1	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.20	0.10	9.70	40	0,00
ТТК № 19/1	19/1	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.80	5.40	12.40	102	0,00
Итого			415	6.50	11.60	57.00	361	0,50
II Завтрак								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.20	4.50	7.20	90	1,49
Итого			180	5.20	4.50	7.20	90	1,49
Обед								
ТТК № 120/1	120/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0.50	3.00	4.70	48	0,00
ТТК № 141/1	141/1	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	200	3.20	4.70	14.40	113	1,00
ТТК № 11/1	11/1/2	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	80	9.40	9.80	11.30	171	0,43
ТТК № 158/1	158/1	РАГУ ОВОЩНОЕ (С СОУСОМ СМЕТАННЫМ)	140	1.80	4.60	14.60	107	61,36
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 98/1	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1.00	0.10	24.50	102	0,00
Итого			710	19.40	23.00	94.00	660	62,79
Полдник								
ТТК № 152/1	152/1	КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	80	8.80	9.90	5.00	137	0,00
ТТК № 121/1	121/1	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	140	2.10	4.60	27.80	135	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 40/1	40/11	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0.10	0.10	9.50	40	0,00
ТТК № 146/1	146/1	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	3.30	0.80	25.00	120	0,10
ТТК № 1/1	1/1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.90	0.20	8.10	43	2,01
Итого			570	16.50	15.80	84.70	519	2,11
Всего				47.60	54.90	242.90	1 630	66,89

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №49 комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга
/Ермолова Л.В./

МЕНЮ

4 марта 2026 г.

Сад 10 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 № 34/1	34/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4.00	5.60	24.30	166	0,50
ТТК № 16/1	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5.00	5.00	10.60	107	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 90/1	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.20	0.10	9.70	40	0,00
Итого			430	10.70	11.20	55.20	366	0,50
II Завтрак								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.20	4.50	7.20	90	1,49
Итого			180	5.20	4.50	7.20	90	1,49
Обед								
ТТК № 120/1	120/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0.50	3.00	4.70	48	0,00
ТТК № 84/1	84/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С ПТИЦЕЙ)	200	3.90	4.00	14.30	113	0,00
ТТК № 11/1	11/1/2	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	75	8.80	9.20	10.60	162	0,43
ТТК № 158/1	158/1	РАГУ ОВОЩНОЕ (С СОУСОМ СМЕТАННЫМ)	140	1.80	4.60	14.60	107	61,36
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 48/1	48/1	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0.20	0.00	9.60	39	0,00
Итого			715	19.30	21.70	82.90	610	61,79
Полдник								
ТТК № 63/1/2	63/1/2	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ (С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ)	50	3.80	4.90	17.00	127	3,24
ТТК № 113/1	113/1/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0.90	0.00	22.90	99	1,40
ТТК № 1/1	1/1/2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0.40	0.30	10.30	47	2,01
Итого			330	5.10	5.20	50.20	273	6,65
Всего				40.30	42.60	195.50	1 339	70,43