

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №49 комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга

/Ермолова Л.В./

**МЕНЮ**

10 марта 2026 г.

Ясли 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		
<b>Завтрак</b>								
ТТК № 154/1	154/1	ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ	150	5.50	8.10	11.30	141	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.20	1.90	14.50	84	0,56
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>9.20</b>	<b>10.50</b>	<b>36.40</b>	<b>278</b>	<b>0,56</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.00	75	1,49
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4.40</b>	<b>3.80</b>	<b>6.00</b>	<b>75</b>	<b>1,49</b>
<b>Обед</b>								
ТТК № 20/1	20/1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0.60	4.00	2.60	49	7,50
ТТК № 81/1	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	180	2.70	3.10	15.20	98	3,70
ТТК № 155/1	155/1	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	6.90	6.60	0.60	90	0,00
ТТК № 45/1	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2.30	3.30	20.90	116	0,00
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 № 129/1	129/1	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0.10	0.10	15.20	62	0,78
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>15.40</b>	<b>17.80</b>	<b>74.40</b>	<b>512</b>	<b>11,98</b>
<b>Полдник</b>								
ТТК № 25/1	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	9.90	11.80	22.30	240	0,27
ТТК № 26/1	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	15	1.10	1.30	8.30	49	0,00
ТТК № 91/1	91/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.10	0.00	5.40	22	0,00
ТТК № 60/1	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.40	2.60	14.60	88	0,00
ТТК № 1/1	1/1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0.90	0.20	7.70	41	2,01
<b>Итого</b>			<b>417</b>	<b>13.40</b>	<b>15.90</b>	<b>58.30</b>	<b>440</b>	<b>2,28</b>
<b>Всего</b>				<b>42.40</b>	<b>48.00</b>	<b>175.10</b>	<b>1 305</b>	<b>16,31</b>

  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Согласовано

Заведующий

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

**МЕНЮ**

10 марта 2026 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		
<b>Завтрак</b>								
ТТК № 33/1	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	3.40	5.60	17.50	133	0.53
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0.00
ТТК № 28/1	28/1	ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	0.20	0.00	26.30	105	0.00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.40	1.90	14.80	86	0.56
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>7.50</b>	<b>8.00</b>	<b>69.20</b>	<b>377</b>	<b>1.09</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2.5%	180	5.20	4.50	7.20	90	1.49
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5.20</b>	<b>4.50</b>	<b>7.20</b>	<b>90</b>	<b>1.49</b>
<b>Обед</b>								
ТТК № 20/1	20/1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.80	6.10	4.00	74	7.50
ТТК № 81/1	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	3.70	3.40	16.50	112	3.70
ТТК № 153/1	153/1	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	80	6.90	8.70	7.80	137	0.00
ТТК № 45/1	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	2.90	4.20	26.60	148	0.00
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 № 129/1	129/1	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.10	0.10	18.00	73	0.78
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>17.20</b>	<b>23.20</b>	<b>92.80</b>	<b>641</b>	<b>11.98</b>
<b>Полдник</b>								
ТТК № 25/1	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	14.10	15.40	29.10	315	0.27
ТТК № 26/1	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	25	1.80	2.10	13.90	82	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
ТТК № 1/1	1/1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.90	0.20	8.10	43	2.01
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>18.50</b>	<b>18.30</b>	<b>71.40</b>	<b>533</b>	<b>2.28</b>
<b>Всего</b>				<b>48.40</b>	<b>54.00</b>	<b>240.60</b>	<b>1 641</b>	<b>16.84</b>

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Согласовано

Заведующий

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

**МЕНЮ**

10 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		
<b>Завтрак</b>								
ТТК № 33/1	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	3.70	5.90	21.40	153	0,53
ТТК № 16/1	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5.00	5.00	10.60	107	0,00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.40	1.90	14.80	86	0,56
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11.10</b>	<b>12.80</b>	<b>46.80</b>	<b>346</b>	<b>1,09</b>
<b>II Завтрак</b>								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.20	4.50	7.20	90	1,49
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5.20</b>	<b>4.50</b>	<b>7.20</b>	<b>90</b>	<b>1,49</b>
<b>Обед</b>								
ТТК № 20/1	20/1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.80	6.10	4.00	74	7,50
ТТК № 81/1	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	3.70	3.40	16.50	112	3,70
ТТК № 153/1	153/1	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	80	6.90	8.70	7.80	137	0,00
ТТК № 45/1	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	2.80	4.10	25.70	143	0,00
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 № 40/1	40/1/2	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0.10	0.10	9.70	40	0,78
<b>Итого</b>			<b>705</b>	<b>17.80</b>	<b>23.20</b>	<b>88.20</b>	<b>625</b>	<b>11,98</b>
<b>Полдник</b>								
ТТК № 386/1	386/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	150	16.00	17.70	17.70	256	0,00
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	6.20	25	0,00
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>16.10</b>	<b>17.70</b>	<b>23.90</b>	<b>281</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>50.20</b>	<b>58.20</b>	<b>166.10</b>	<b>1 342</b>	<b>14,56</b>