

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий ГБДОУ детский сад № 49
Приморского района Санкт-Петербурга
/Л.В.Ермолова/

« » 202 г

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"
/О. Ю. Костенюк /

« » 202 г

Циклическое десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих с 12 часовым пребыванием
в ГБДОУ № 49 Приморского района Санкт-Петербурга, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания
на 2026 год

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической карты	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша жидкая молочная пшеничная с маслом сливочным	180	3,98	5,60	24,32	166,30	34/1	ТТК № 34/1
Бутерброд с джемом	40	1,60	0,54	24,60	109,66	13/1	ТТК № 13/1
Чай с молоком	180	2,10	1,70	11,51	69,74	92/1	ТТК № 92/1
Итого за прием пищи:	400	7,68	7,84	60,43	345,70		
II Завтрак							
Сок фруктовый (яблочный)	180	0,90	0,18	18,18	82,80	113/1/3	ТТК № 113/1
Итого за прием пищи:	180	0,90	0,18	18,18	82,80		
Обед							
Салат из квашенной капусты	60	0,96	3,06	4,62	49,86	131/1	ТТК №131/1
Борщ (с мясом и сметаной)	200	2,42	6,29	8,27	99,34	382/1	ТТК № 382/1
Суфле из рыбы	70	7,40	4,91	5,68	103,55	87/1	ТТК № 87/1
Картофель, тушеный в соусе	140	2,10	2,88	25,10	134,76	149/1	ТТК № 149/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,95	0,33	13,89	66,33	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	30	2,25	0,81	15,90	79,89	10/1	ТТК № 10/1
Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	16,67	71,37	50/1	ТТК № 50/1
Итого за прием пищи:	710	17,69	18,53	90,13	605,10		
Уплотненный полдник							
Рагу из птицы	200	11,20	9,35	19,90	225,80	124/1	ТТК № 124/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,30	0,22	9,26	44,22	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	30	2,25	0,81	15,90	79,89	10/1	ТТК № 10/1
Чай с сахаром	180	0,10	0,00	6,20	25,20	93/1	ТТК № 93/1
Булочка "Веснушка"	50	3,00	3,20	30,30	162,00	145/1	ТТК № 145/1
Итого за прием пищи:	480	17,85	13,58	81,56	537,11		
Всего за день:		44,12	40,13	250,30	1570,71		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической карты	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша жидкая молочная овсяная «Геркулес» с маслом сливочным	180	3,42	5,60	17,50	133,40	33/1	ТТК № 33/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Зефир витаминизированный	35	0,18	0,00	26,25	105,00	28/1	ТТК № 28/1
Кофейный напиток с молоком	180	2,40	1,90	14,83	86,02	44/1	ТТК № 44/1
Итого за прием пищи:	415	7,50	8,04	69,18	377,68		
II Завтрак							
Кефир м.д.ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	90,00	38/1	ТТК № 38/1
Итого за прием пищи:	180	5,22	4,50	7,20	90,00		
Обед							
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	7,20	54/1/1	ТТК №54/1/1
Суп картофельный с бобовыми ((с горохом) и гренками из пшеничного хлеба)	200	3,73	3,41	16,54	111,77	81/1	ТТК № 81/1
Жаркое по-домашнему	200	13,17	20,36	17,07	300,20	24/1	ТТК № 24/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,95	0,33	13,89	66,33	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Кисель из яблок	180	0,12	0,11	17,95	73,27	129/1	ТТК № 129/1
Итого за прием пищи:	690	20,89	24,81	77,19	612,03		
Уплотненный полдник							
Запеканка из творога	175	13,77	16,14	30,68	316,26	25/1	ТТК № 25/1
Молоко сгущенное (для подачи к блюду)	25	1,80	2,13	13,88	81,83	26/1	ТТК № 26/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Чай с вареньем	180/15	0,16	0,05	9,66	39,73	90/1	ТТК № 90/1
Фрукты свежие (апельсины)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	1/1	ТТК № 1
Итого за прием пищи:	515	18,13	19,06	72,92	534,08		
Всего за день:		51,74	56,41	226,49	1613,79		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической карты	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша жидкая молочная манная с маслом сливочным	200	3,04	5,10	21,76	145,10	32/1	ТТК № 32/1
Бутерброд с сыром, маслом	35	3,87	8,64	10,65	126,59	17/1	ТТК № 17/1
Какао с молоком	180	3,20	2,50	15,60	97,70	97/1	ТТК № 97/1
Итого за прием пищи:	415	10,11	16,24	48,01	369,39		
II Завтрак							
Йогурт питьевой м.д.ж. 2,5%	180	5,04	4,50	19,80	97,20	29/1	ТТК № 29/1
Итого за прием пищи:	180	5,04	4,50	19,80	97,20		
Обед							
Салат из отварной моркови с сыром	60	2,05	5,41	3,49	70,88	381/1	ТТК № 381/1
Суп овощной с цветной капустой и брокколи (с птицей и сметаной)	200	3,67	4,95	7,51	89,30	487/1/1	ТТК № 487/1/1
Запеканка картофельная с субпродуктами	200	10,88	9,87	24,25	231,65	258/1/1	ТТК № 258/1/1
Соус молочный	30	0,60	1,89	1,98	27,06	79/1	ТТК № 79/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,95	0,33	13,89	66,33	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Компот из смеси сухофруктов	180	0,56	0,00	17,18	70,96	41/1	ТТК № 41/1
Итого за прием пищи:	720	21,21	22,99	78,90	609,44		
Уплотненный полдник							
Пудинг рыбный запеченный	70	5,88	7,42	4,13	99,82	68/1	ТТК № 68/1
Овощи, припущенные в сметанном соусе	140	1,34	1,90	11,20	71,74	53/1	ТТК № 53/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,30	0,22	9,26	44,22	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Сок фруктовый (абрикосовый)	180	0,90	0,00	22,86	99,00	113/1/1	ТТК № 133/1
Булочка "Творожная"	50	4,00	3,00	22,24	131,96	96/1	ТТК № 96/1
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00		
Итого за прием пищи:	580	15,32	13,48	90,09	547,00		
Всего за день:		51,68	57,21	236,80	1623,03		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической карты	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Омлет натуральный	180	14,11	12,60	3,26	200,88	122/1	ТТК № 122/1
Овощи консервированные отварные (горошек зеленый)	20	0,57	0,72	1,01	12,84	22/1/1	ТТК № 22/1
Батон обогащенный	30	2,25	0,81	15,90	79,89	10/1	ТТК № 10/1
Чай с молоком	180	2,10	1,70	11,51	69,74	92/1	ТТК № 92/1
Итого за прием пищи:	410	19,03	15,83	31,68	363,35		
II Завтрак							
Ряженка м.д.ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,56	92,00	73/1	ТТК № 73/1
Итого за прием пищи:	180	5,22	4,50	7,56	92,00		
Обед							
Салат из свеклы отварной	60	0,84	3,61	4,96	55,68	362/1	ТТК №362/1
Щи из свежей капусты с картофелем (с мясом и сметаной)	200	2,77	4,57	6,46	78,07	94/1	ТТК № 94/1
Биштекс по-домашнему	70	8,17	8,08	9,76	145,74	472/1	ТТК № 472/1
Каша гречневая рассыпчатая	140	3,83	4,57	31,59	162,44	109/1	ТТК № 109/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,95	0,33	13,89	66,33	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Напиток апельсиновый	180	0,18	0,04	11,58	47,40	48/1	ТТК № 48/1
Итого за прием пищи:	700	19,24	21,74	88,84	608,92		
Уплотненный полдник							
Тефтели из говядины с рисом - "Ёжики"	70	5,95	6,39	9,88	118,06	164/1	ТТК № 164/1
Пудинг овощной	140	2,58	7,08	12,94	108,91	156/1	ТТК № 156/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,95	0,33	13,89	66,33	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Кисель из кураги	180	0,95	0,05	24,48	102,17	98/1	ТТК № 98/1
Вафли витаминизированные	20	0,80	5,40	12,40	102,00	1/1/3	ТТК № 1/1
Итого за прием пищи:	460	13,73	19,79	84,19	550,73		
Всего за день:		57,22	61,86	212,27	1615,00		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической карты	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша жидкая молочная рисовая с маслом сливочным	200	3,28	5,62	27,03	174,82	36/1	ТТК № 36/1
Бутерброд с маслом	25	1,55	4,69	10,65	90,76	15/1	ТТК № 15/1
Кофейный напиток с молоком	180	2,40	1,90	14,83	86,02	44/1	ТТК № 44/1
Итого за прием пищи:	405	7,23	12,21	52,51	351,60		
II Завтрак							
Кефир м.д.ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	90,00	38/1	ТТК № 38/1
Итого за прием пищи:	180	5,22	4,50	7,20	90,00		
Обед							
Салат из белокочанной капусты	60	0,80	3,10	5,20	51,50	178/1	ТТК №178/1
Рассольник ленинградский (с мясом и сметаной)	200	2,47	6,49	12,46	118,13	70/1	ТТК № 70/1
Котлеты рыбные любительские	70	7,00	3,41	7,91	90,32	142/1	ТТК № 142/1
Пюре картофельное	140	2,02	4,34	19,50	125,14	127/1	ТТК № 127/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,95	0,33	13,89	66,33	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Сок фруктовый (персиковый)	180	0,54	0,00	29,70	122,40	113/1/2	ТТК № 113/1
Итого за прием пищи:	700	16,28	18,21	99,26	627,08		
Уплотненный полдник							
Суфле из печени	80	7,76	9,28	13,60	176,96	162/1	ТТК № 162/1
Макароны с сыром	150	6,71	11,65	27,43	241,41	135/1	ТТК № 135/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,30	0,22	9,26	44,22	89/1	ТТК № 89/1
Чай с лимоном	180/7	0,16	0,01	6,41	26,37	91/1	ТТК № 91/1
Фрукты свежие (мандарины)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	1/1/3	ТТК № 1/1
Итого за прием пищи:	537	16,73	21,36	64,20	526,96		
Всего за день:		45,46	56,28	223,17	1595,64		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической карты	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша жидкая молочная овсяная "Геркулес" с маслом сливочным	200	3,79	5,88	21,42	153,68	33/1	ТТК № 33/1
Бутерброд с сыром, маслом	35	3,87	8,64	10,65	126,59	17/1	ТТК № 17/1
Какао с молоком	180	3,20	2,50	15,60	97,70	97/1	ТТК № 97/1
Итого за прием пищи:	415	10,86	17,02	47,67	377,97		
II Завтрак							
Йогурт питьевой м.д.ж. 2,5%	180	5,04	4,50	19,80	97,20	29/1	ТТК № 29/1
Итого за прием пищи:	180	5,04	4,50	19,80	97,20		
Обед							
Салат из соленых огурцов	60	1,62	3,06	1,56	40,26	380/1	ТТК №380/1
Борщ (с мясом и сметаной)	200	2,42	6,29	8,27	99,34	382/1	ТТК № 382/1
Котлеты домашние	70	7,13	9,04	7,80	142,04	42/1	ТТК № 42/1
Овощи в молочном соусе	140	2,24	5,32	13,07	109,11	52/1	ТТК № 52/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,95	0,33	13,89	66,33	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	30	2,25	0,81	15,90	79,89	10/1	ТТК № 10/1
Компот из смеси сухофруктов	180	0,56	0,00	17,18	70,96	41/1	ТТК № 41/1
Итого за прием пищи:	710	18,17	24,85	77,67	607,93		
Уплотненный полдник							
Суфле из рыбы	70	7,40	4,91	5,68	103,55	87/1	ТТК № 87/1
Пюре картофельное с морковью	140	1,83	4,03	17,38	113,13	119/1	ТТК № 119/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,95	0,33	13,89	66,33	89/1	ТТК № 89/1
Чай с вареньем	180/15	0,16	0,05	9,66	39,73	90/1	ТТК № 90/1
Булочка "Веснушка"	50	3,00	3,20	30,30	162,00	145/1	ТТК № 145/1
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	1/1/4	ТТК № 1/1
Итого за прием пищи:	585	14,74	12,92	86,71	531,74		
Всего за день:		48,81	59,29	231,85	1614,84		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической карты	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша из пшена и риса молочная жидкая (Дружба)	180	4,678	7,02	22,14	170,46	37/1	ТТК № 37/1
Бутерброд с джемом	40	1,60	0,54	24,60	109,66	13/1	ТТК № 13/1
Чай с молоком	180	2,10	1,70	11,51	69,74	92/1	ТТК № 92/1
Итого за прием пищи:	400	8,38	9,26	58,25	349,86		
II Завтрак							
Ряженка м.д.ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,56	92,00	73/1	ТТК № 73/1
Итого за прием пищи:	180	5,22	4,50	7,56	92,00		
Обед							
Винегрет овощной	60	0,84	6,06	3,96	73,74	20/1	ТТК № 20/1
Суп с рыбными консервами	200	4,45	2,56	14,24	97,80	132/1	ТТК № 132/1
Рагу из птицы	200	11,20	9,35	19,90	225,80	124/1	ТТК № 124/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,95	0,33	13,89	66,33	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Сок фруктовый (яблочный)	180	0,90	0,18	18,18	82,80	113/1	ТТК № 113/1
Итого за прием пищи:	690	20,84	19,02	80,77	599,73		
Уплотненный полдник							
Запеканка из творога	175	13,77	16,14	30,68	316,26	25/1	ТТК № 25/1
Молоко сгущенное (для подачи к блюду)	25	1,80	2,13	13,88	81,83	26/1	ТТК № 26/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Чай с сахаром	180	0,10	0,00	6,20	25,20	93/1	ТТК № 93/1
Фрукты свежие (груши)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	1/1/2	ТТК № 1/1
Итого за прием пищи:	500	17,57	19,11	71,66	523,55		
Всего за день:		51,65	51,89	218,24	1 565,14		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической карты	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша жидкая молочная пшеничная с маслом сливочным	180	4,43	7,79	26,57	196,71	34/1	ТТК № 34/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Печенье витаминизированное	20	1,40	2,60	14,60	88,00	60/1	ТТК № 60/1
Чай с вареньем	180/15	0,16	0,05	9,66	39,73	90/1	ТТК № 90/1
Итого за прием пищи:	415	7,49	10,98	61,43	377,70		
II Завтрак							
Кефир м.д.ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	90,00	38/1	ТТК № 38/1
Итого за прием пищи:	180	5,22	4,50	7,20	90,00		
Обед							
Салат из моркови и яблок	60	0,52	3,01	4,72	48,06	120/1	ТТК №120/1
Суп с макаронными изделиями (с птицей)	200	3,22	4,65	14,41	112,86	141/1	ТТК № 141/1
Котлеты, биточки (особые) (котлеты)	70	7,85	8,61	9,91	149,95	11/1/2	ТТК № 11/1
Рагу овощное (с соусом сметанным)	140	1,78	4,58	14,55	106,57	158/1	ТТК № 158/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,95	0,33	13,89	66,33	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Кисель из кураги	180	0,95	0,05	24,85	102,17	98/1	ТТК № 98/1
Итого за прием пищи:	700	17,77	21,77	92,56	639,20		
Уплотненный полдник							
Котлеты "Нежные"	70	7,67	8,98	4,41	120,12	152/1	ТТК № 152/1
Рис отварной с овощами	140	2,11	4,63	27,82	134,51	121/1	ТТК № 121/1
Батон обогащенный	30	2,25	0,81	15,90	79,89	10/1	ТТК № 10/1
Компот из свежих плодов (яблок)	180	0,14	0,14	9,52	39,90	40/1/1	ТТК № 40/1
Булочка молочная	50	3,30	0,80	25,00	120,40	146/1	ТТК № 146/1
Фрукты свежие (апельсины)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	1/1/1	ТТК № 1/1
Итого за прием пищи:	570	16,37	15,66	90,75	537,82		
Всего за день:		46,85	52,91	251,94	1644,72		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической карты	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Омлет натуральный	180	14,11	12,60	3,26	200,88	122/1	ТТК № 122/1
Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	20	0,57	0,72	1,01	12,84	22/1/1	ТТК № 22/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Кофейный напиток с молоком	180	2,40	1,90	14,83	86,02	44/1	ТТК № 44/1
Итого за прием пищи:	400	18,58	15,76	29,70	353,00		
II Завтрак							
Йогурт питьевой м.д.ж. 2,5%	180	5,04	4,50	19,80	97,20	29/1	ТТК № 29/1
Итого за прием пищи:	180	5,04	4,50	19,80	97,20		
Обед							
Салат из свеклы с черносливом	60	0,94	3,11	11,80	78,92	160/1	ТТК № 160/1
Суп из овощей (с мясом и сметаной)	200	3,52	4,25	7,73	83,25	134/1/1	ТТК № 134/1/1
Котлеты или биточки рыбные запеченные (биточки)	70	7,04	3,29	6,11	85,30	110/1/1	ТТК № 110/1
Пюре картофельное	140	2,02	4,34	19,50	125,14	127/1	ТТК № 127/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,30	0,22	9,26	44,22	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	30	2,25	0,81	15,90	79,89	10/1	ТТК № 10/1
Сок фруктовый (персиковый)	180	0,90	0,00	29,70	122,40	113/1/2	ТТК № 113/1
Итого за прием пищи:	700	17,61	16,02	100,00	619,12		
Уплотненный полдник							
Тефтели из говядины в молочном соусе	70	6,60	8,70	6,40	126,81	163/1	ТТК № 163/1
Запеканка овощная	140	2,78	8,03	23,81	181,51	147/1	ТТК № 147/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,30	0,22	9,26	44,22	89/1	ТТК № 89/1
Чай с лимоном	180/7	0,16	0,01	6,41	26,37	91/1	ТТК № 91/1
Ватрушка с творогом	50	4,56	3,80	20,50	134,44	18/1	ТТК № 18/1
Итого за прием пищи:	467	15,40	21,06	66,38	513,35		
Всего за день:		56,63	57,34	215,88	1582,67		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической карты	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша жидкая молочная пшеничная с маслом сливочным	180	3,98	5,95	22,92	164,55	35/1	ТТК № 35/1
Бутерброд с джемом	40	1,60	0,54	24,60	109,66	13/1	ТТК № 13/1
Чай с молоком	180	2,10	1,70	11,51	69,74	92/1	ТТК № 92/1
Итого за прием пищи:	400	7,68	8,19	59,03	343,95		
II Завтрак							
Ряженка м.д.ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,56	92,00	73/1	ТТК № 73/1
Итого за прием пищи:	180	5,22	4,50	7,56	92,00		
Обед							
Салат из белокочанной капусты	60	0,80	3,10	5,20	51,50	178/1	ТТК №178/1
Рассольник Ленинградский (с мясом и сметаной)	200	2,47	6,49	12,46	118,13	70/1	ТТК № 70/1
Печень по-строгановски	80	9,40	8,00	7,02	137,70	59/1	ТТК № 59/1
Макаронные изделия отварные	150	3,12	4,52	28,55	158,28	45/1	ТТК № 45/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,95	0,33	13,89	66,33	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Компот из свежих плодов (груш)	180	0,14	0,11	9,70	40,35	40/1/2	ТТК № 40/1
Итого за прием пищи:	720	19,38	23,09	87,42	625,55		
Уплотненный полдник							
Голубцы ленивые	200	9,02	15,38	18,76	259,84	378/1	ТТК № 378/1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	1,95	0,33	13,89	66,33	89/1	ТТК № 89/1
Батон обогащенный	20	1,50	0,54	10,60	53,26	10/1	ТТК № 10/1
Кисель из апельсинов	180	0,42	0,09	221,49	92,45	150/1	ТТК № 150/1
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	1/8	ТТК № 1
Итого за прием пищи:	530	13,29	16,74	75,54	518,88		
Всего за день:		45,57	52,52	229,55	1580,38		
Всего за 10 дней:		499,73	545,84	2 296,49	16005,92		

Реестр Технико-технологических карт, разработанных АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

Технико-технологические карты разработаны на основе:

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет оптимизированного состава, применяемых в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения и учреждениях(отделениях)социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов: практ.руководство (нормативный документ)/Сост. Б.С.Каганов, А.С.Шарафетдинов, Э.Н.Преображенская и др.- Москва . 2010. - 496с.

Сборник методических рекомендаций по использованию рецептур блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2012, 160 с.

Сборник технических нормативов. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/ под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.: ДеЛи плюс, 2016.-640с.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс,2017.- 544 с. Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина,- Изд-е 4-е доп, и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, ФГБУН ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НП СРО «АПСПОЗ» — М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2022. — 698 с.

Сборник технических нормативов- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка-М.: ТД ДеЛи, 2022. - 245с.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обеспечения питанием воспитанников и обучающихся государственных образовательных организаций Санкт-

Петербурга Электрон. текстовые дан. (21,1 Мб). - СПб.: Издательский центр «Интермедия», 2024

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.