Согласовано

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

МЕНЮ

3 ноября 2026 г.

Возраст от 1 года до 3 лет. 11-12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 154/1	154/1	ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ	150	5.50	8.10	11.30	141	0,00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.20	1.90	14.50	84	0,56
Итого			**350**	**9.20**	**10.50**	**36.40**	**278**	**0,56**
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 № 54/1/1	54/1/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40	0.30	0.00	0.80	5	2,00
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 № 24/1	24/1	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	10.50	16.30	12.90	240	12,64
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
Итого			**570**	**16.40**	**20.20**	**64.00**	**502**	**19,12**
Полдник								
ТТК № 25/1	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	9.90	11.80	23.70	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
Итого			**422**	**13.40**	**15.90**	**59.70**	**440**	**2,28**
Всего				**43.40**	**50.40**	**166.10**	**1 295**	**23,45**

Шеф повар _____ Селезнева О.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

3 ноября 2026 г.

Возраст от 3 года до 7 лет. 11-12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
ТТК № 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
Итого			**415**	**7.50**	**8.00**	**69.20**	**377**	**1,09**
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 № 54/1/1	54/1/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60	0.40	0.10	1.10	7	2,00
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 № 24/1	24/1	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	13.20	20.40	17.10	300	12,64
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 № 129/1	129/1	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.10	0.10	18.00	73	0,78
Итого			**690**	**20.90**	**24.80**	**77.20**	**611**	**19,12**
Полдник								
ТТК № 25/1	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	175	13.80	16.10	30.70	316	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
Итого			**515**	**18.20**	**19.00**	**73.00**	**534**	**2,28**
Всего				**51.80**	**56.30**	**226.60**	**1 612**	**23,98**

Шеф повар Селезнева О.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

3 ноября 2026 г.

Возраст от 3 года до 7 лет. 8-10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
ТТК № 33/1	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	3.80	5.90	21.40	154	0,53
ТТК № 15/1	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.60	4.70	10.70	91	0,00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.40	1.90	14.80	86	0,56
Итого			**405**	**7.80**	**12.50**	**46.90**	**331**	**1,09**
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 № 54/1/1	54/1/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60	0.40	0.10	1.10	7	2,00
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 № 24/1	24/1	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	13.20	20.40	17.10	300	12,64
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	30	2.30	0.80	15.90	80	0,00
ТТК № 40/1	40/1/2	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0.10	0.10	9.70	40	0,78
Итого			**700**	**21.70**	**25.10**	**74.20**	**605**	**19,12**
Полдник								
ТТК № 25/1	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12.30	14.50	25.10	261	0,27
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	6.20	25	0,00
Итого			**330**	**12.40**	**14.50**	**31.30**	**286**	**0,27**
Всего				**47.10**	**56.60**	**159.60**	**1 312**	**21,97**

Шеф повар _____ Селезнева О.А.