Согласовано

Заведующий

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

/Ермолова Л.В./

МЕНЮ

10 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 № 37/1	37/1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	150	3.60	5.90	18.50	142	1,46
ТТК № 13/1	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.60	0.50	17.60	81	4,00
ТТК № 92/1	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.50	70	1,21
Итого			**360**	**7.30**	**8.10**	**47.60**	**293**	**6,67**
II Завтрак								
ТТК № 73/1	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.30	77	1,20
Итого			**150**	**4.40**	**3.80**	**6.30**	**77**	**1,20**
Обед								
ТТК № 20/1	20/1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0.60	4.00	2.60	49	3,81
ТТК № 132/1	132/1	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	3.80	2.30	12.80	88	10,56
ТТК № 124/1	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	8.70	7.50	15.90	181	19,78
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	30	2.30	0.80	15.90	80	0,00
ТТК № 113/1	113/1/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150	0.80	0.20	15.20	69	3,00
Итого			**580**	**17.50**	**15.00**	**71.70**	**511**	**37,15**
Полдник								
ТТК № 25/1	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	9.90	11.80	23.70	240	0,65
ТТК № 26/1	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	15	1.10	1.30	8.30	49	0,15
ТТК № 91/1	91/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.10	0.00	5.40	22	2,84
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	57,00
Итого			**422**	**13.40**	**15.90**	**59.70**	**440**	**60,64**
Всего				**42.60**	**42.80**	**185.30**	**1 321**	**105,66**

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

10 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 № 37/1	37/1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	180	4.30	7.00	22.10	170	0,40
ТТК № 13/1	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.60	0.50	24.60	110	0,00
ТТК № 92/1	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.50	70	0,00
Итого			**400**	**8.00**	**9.20**	**58.20**	**350**	**0,40**
II Завтрак								
ТТК № 73/1	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.20	4.50	7.60	92	0,90
Итого			**180**	**5.20**	**4.50**	**7.60**	**92**	**0,90**
Обед								
ТТК № 20/1	20/1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.80	6.10	4.00	74	7,50
ТТК № 132/1	132/1	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	4.50	2.60	14.20	98	0,00
ТТК № 124/1	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	11.20	9.40	19.90	226	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 № 113/1	113/1/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180	0.90	0.20	18.20	83	1,40
Итого			**690**	**20.90**	**19.10**	**80.80**	**600**	**8,90**
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 № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	6.20	25	0,00
ТТК № 1/1	1/1/2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0.40	0.30	10.30	47	2,01
Итого			**500**	**17.60**	**19.00**	**71.70**	**523**	**2,28**
Всего				**51.70**	**51.80**	**218.30**	**1 565**	**12,48**

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

10 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 № 37/1	37/1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	180	4.30	7.00	22.10	170	0,40
ТТК № 13/1	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.60	0.50	24.60	110	0,00
ТТК № 92/1	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.50	70	0,00
Итого			**400**	**8.00**	**9.20**	**58.20**	**350**	**0,40**
II Завтрак								
ТТК № 73/1	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2.5%	180	5.20	4.50	7.60	92	0,90
Итого			**180**	**5.20**	**4.50**	**7.60**	**92**	**0,90**
Обед								
ТТК № 20/1	20/1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.80	6.10	4.00	74	7,50
ТТК № 132/1	132/1	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	4.50	2.60	14.20	98	0,00
ТТК № 124/1	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	11.20	9.40	19.90	226	0,00
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	30	2.30	0.80	15.90	80	0,00
ТТК № 40/1	40/1/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0.10	0.10	9.50	40	0,00
Итого			**710**	**21.50**	**19.40**	**82.00**	**606**	**7,50**
Полдник								
ТТК № 25/1	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12.30	14.50	25.10	261	0,27
ТТК № 91/1	91/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.20	0.00	6.40	26	0,00
Итого			**337**	**12.50**	**14.50**	**31.50**	**287**	**0,27**
Всего				**47.20**	**47.60**	**179.30**	**1 335**	**9,07**

Шеф повар _____ Селезнева О.А.