

Утверждаю

Вр и. о. заведующего
ГБДОУ детский сад №13 Пушкинского района Санкт-Петербурга
/Косьмина А. В./**МЕНЮ**
23 октября 2026 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,59	5,29	22,22	155,24	0,33
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,54	2,91	14,20	97,92	0,65
Итого			340	11,37	12,30	43,42	315,16	0,98
II Завтрак								
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ (йогурт 2,5% жирности)	125	3,50	3,13	5,64	55,65	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	55,65	0,88
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированое)	40	0,60	6,10	4,80	76,80	1,20
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (куриная грудка филе, вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, петрушка (зелень), яйца куриные (шт.))	150/20/10	6,96	6,36	3,65	99,57	1,12
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина б/к, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная)	170	13,30	13,47	28,40	288,19	13,49
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,10	0,10	18,90	87,80	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	12	0,91	0,36	6,24	31,75	0,00
Итого			577	23,54	26,59	72,66	635,78	16,71
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	130	22,86	11,68	20,79	285,25	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности)	150	4,44	3,83	7,35	82,68	0,82
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			305	29,18	16,24	40,99	433,43	0,82
Всего				67,59	58,26	162,71	1 440,02	19,39

Утверждаю

Вр и. о. заведующего
ГБДОУ детский сад №13 Пушкинского района Санкт-Петербурга
/Косьмина А. В./

МЕНЮ

23 октября 2026 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	6,97	7,48	30,77	218,90	0,66
	ТК№0 30	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/5	0,02	0,00	5,44	21,87	0,00
Итого			365	8,39	9,58	52,01	308,77	2,46
II Завтрак								
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (йогурт 2,5% жирности)	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель, лук зеленый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,80	7,60	6,00	96,00	3,90
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (куриная грудка филе, морковь, лук репчатый, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, петрушка (зелень), яйца куриные (шт.))	170/10/20	4,13	3,84	0,66	53,73	0,76
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина б/к, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, картофель, яйца куриные (шт.), сухари панировочные, соль йодированная)	200	20,12	19,25	26,28	358,66	11,92
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (клюква, протертая с сахаром, вода питьевая, сахар песок)	200	0,06	0,00	16,16	64,40	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,87	0,75	12,87	65,50	0,00
Итого			700	28,68	31,64	72,57	689,29	16,58
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	150	26,64	13,61	24,23	332,42	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко питьевое ультрапастер. 2,5% жирности)	200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
Итого			375	34,43	19,45	46,89	507,92	1,09
Всего				75,00	63,80	177,11	1 576,62	21,01

Утверждаю

ГБДОУ детский сад №13 Пушкинского района Санкт-Петербурга

Вр и. о. заведующего

/Косьмина А. В./

МЕНЮ

23 октября 2026 г.

Ясли 12 часов АЛЛЕРГИКИ

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,33	8,42	8,31	114,37	0,00
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	130	2,40	0,63	20,53	97,26	0,00
	TK№0 30	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			315	3,73	9,05	35,84	239,63	0,80
II Завтрак								
2012	368	ЯБЛОКО (яблоки)	96	0,39	0,39	9,50	40,44	9,69
Итого			96	0,39	0,39	9,50	40,44	9,69
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированное)	45	0,70	7,14	5,62	89,86	1,40
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (куриная грудка филе, вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, петрушка (зелень), яйца куриные (шт.))	190/20	8,99	8,05	2,21	117,23	6,64
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная)	175	15,29	9,87	32,69	280,76	13,52
	TK№0 32	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	160	0,11	0,11	20,41	94,82	0,97
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			620	27,13	25,41	73,65	643,87	22,53
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, соль йодированная)	115	2,18	0,44	17,79	84,02	9,00
	TK№0 33	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			335	9,42	5,18	36,61	291,12	9,00
Всего				40,67	40,03	155,60	1 215,06	42,02

Утверждаю

Вр и. о. заведующего
ГБДОУ детский сад №13 Пушкинского района Санкт-Петербурга
/Косьмина А. В./

МЕНЮ

23 октября 2026 г.

Сад 12 часов АЛЛЕРГИКИ



Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,33	8,42	8,31	114,37	0,00
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	170	3,30	0,86	19,79	100,00	0,00
	ТК№0 30	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/5	0,00	0,00	8,36	33,44	0,96
Итого			385	4,63	9,28	36,46	247,81	0,96
II Завтрак								
2012	368	ЯБЛОКО (яблоки)	101	0,40	0,40	9,90	42,15	10,10
Итого			101	0,40	0,40	9,90	42,15	10,10
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель, лук зеленый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,82	7,75	6,12	97,92	3,98
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ, КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (куриная грудка филе, вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, петрушка (зелень), яйца куриные (шт.))	180/20	6,98	6,62	0,75	90,54	1,84
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	200	16,26	13,55	32,83	318,49	15,86
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (клюква, протертая с сахаром, вода питьевая, сахар песок)	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			655	25,81	28,12	64,84	615,89	21,68
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель)	130	2,51	0,50	20,46	96,63	10,35
	ТК№0 45	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,36	0,02	25,00	102,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			375	9,47	5,22	56,36	310,53	10,35
Всего				40,31	43,02	167,56	1 216,38	43,09