ГБДОУ детский сад № 80 Красносельского района Санкт-Петербурга

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 80 Красносельского района Санкт-Петербурга
_____/Кульбакина Л.Ю./

МЕНЮ

10 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ	115/15	20,91	13,93	25,81	316,96	0,26
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,06	0,00	7,45	30,58	0,57
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	1,02	4,17	6,89	69,21	0,00
Итого			**305**	**21,99**	**18,10**	**40,15**	**416,75**	**0,83**
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	81	0,32	0,24	8,34	38,07	4,05
Итого			**81**	**0,32**	**0,24**	**8,34**	**38,07**	**4,05**
Обед								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,50	2,53	2,93	36,47	1,37
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,21	4,62	10,20	100,46	3,66
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	60	11,61	11,84	1,01	156,85	0,70
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	105	1,56	4,28	14,18	104,05	3,42
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,27	0,17	8,12	39,09	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,25	0,48	8,57	43,67	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	180	0,11	0,08	12,39	51,05	0,54
Итого			**601**	**20,51**	**24,00**	**57,40**	**531,64**	**9,69**
Полдник								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	13,60	12,61	2,78	179,42	0,25
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,03	0,79	13,92	70,96	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,90	1,59	8,42	55,93	0,35
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	4,90	4,27	18,25	117,79	0,65
Итого			**372**	**22,43**	**19,26**	**43,37**	**424,10**	**1,25**
Всего				**65,25**	**61,60**	**149,26**	**1 410,56**	**15,82**

Медицинская сестра _____ Волкова Л.И.

Шеф-повар _____ Болтунова А.Н

ГБДОУ детский сад № 80 Красносельского района Санкт-Петербурга

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 80 Красносельского района Санкт-Петербурга

_____ /Кульбакина Л.Ю./

МЕНЮ

10 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ	155/20	29,71	18,19	40,52	450,90	0,36
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,99	6,35	19,83	148,31	0,00
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0,13	0,01	10,02	41,85	1,15
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	1,02	4,04	8,29	68,07	0,00
Итого			**395**	**30,86**	**22,24**	**58,83**	**560,82**	**1,51**
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	81	0,32	0,24	8,34	38,07	4,05
Итого			**81**	**0,32**	**0,24**	**8,34**	**38,07**	**4,05**
Обед								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	0,63	3,01	3,67	44,22	1,72
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	51	0,41	0,05	1,28	7,15	5,11
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,52	5,09	11,79	112,74	4,10
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200	4,87	7,99	12,44	141,41	4,64
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	75	13,78	16,33	1,32	207,07	0,88
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	80	15,89	0,60	0,26	69,63	0,54
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,52	5,98	21,30	132,94	4,23
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (аллергики)	130	1,77	5,20	14,39	111,57	7,28
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,59	0,21	10,21	49,11	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1,01	0,39	6,94	35,36	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	180	0,11	0,08	12,41	51,15	0,55
Итого			**672**	**24,16**	**31,09**	**67,64**	**632,59**	**11,48**
Полдник								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ	130/20	13,10	17,11	2,77	218,07	0,26
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	105	1,97	5,25	16,04	119,41	8,12
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,03	0,79	13,92	70,96	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	4,95	4,14	17,71	114,30	0,63
Итого			**422**	**20,08**	**22,04**	**34,40**	**403,33**	**0,89**
Всего				**75,42**	**75,61**	**169,21**	**1 634,81**	**17,93**

Медицинская сестра _____ Волкова Л.И.

Шеф-повар _____ Болтунова А.Н

ГБДОУ детский сад № 80 Красносельского района Санкт-Петербурга

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 80 Красносельского района Санкт-Петербурга

_____ /Кульбакина Л.Ю./

МЕНЮ

10 ноября 2026 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ	155/20	29,70	18,13	41,04	452,41	0,36
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,39	10,89	21,67	194,19	0,00
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0,13	0,01	10,03	41,89	1,15
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	1,08	4,28	8,78	72,07	0,00
Итого			**395**	**30,91**	**22,42**	**59,85**	**566,37**	**1,51**
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	81	0,32	0,24	8,34	38,07	4,05
Итого			**81**	**0,32**	**0,24**	**8,34**	**38,07**	**4,05**
Обед								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	0,62	2,98	3,67	43,95	1,72
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	48	0,38	0,05	1,19	6,65	4,75
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,51	5,04	11,74	111,96	4,11
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200	5,82	13,45	15,66	207,15	4,43
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	75	13,81	16,61	1,34	209,77	0,88
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	80	15,24	0,58	0,53	67,98	0,66
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,55	6,05	21,54	134,46	4,28
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	140	2,17	10,13	17,71	170,85	8,96
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,59	0,21	10,19	49,03	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,37	0,91	16,21	82,63	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
Итого			**691**	**25,57**	**31,92**	**86,39**	**720,00**	**11,69**
Полдник								
2008	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90/50	8,74	9,78	1,88	130,57	0,16
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	110	2,04	10,10	16,60	165,62	8,40
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	14	0,95	0,13	6,11	29,42	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,03	0,00	5,47	22,00	0,01
Итого			**334**	**9,72**	**9,91**	**13,46**	**181,99**	**0,17**
Всего				**66,52**	**64,49**	**168,04**	**1 506,43**	**17,42**

Медицинская сестра _____ Волкова Л.И.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 80 Красносельского района Санкт-Петербурга
/Кульбакина Л.Ю./

МЕНЮ

10 ноября 2026 г.

Ясли 5 часов (ГКП) УТРО

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ	130/15	22,70	15,74	29,76	356,58	0,28
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,04	0,00	6,57	27,12	0,64
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	1,13	4,47	9,18	75,40	0,00
Итого			**320**	**23,87**	**20,21**	**45,51**	**459,10**	**0,92**
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	81	0,32	0,24	8,34	38,07	4,05
Итого			**81**	**0,32**	**0,24**	**8,34**	**38,07**	**4,05**
Всего				**24,19**	**20,45**	**53,85**	**497,17**	**4,97**

Медицинская сестра _____ Волкова Л.И.

Шеф-повар _____ Болтунова А.Н