

Согласовано

Заведующий  
Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №42 Приморского района Санкт-  
Петербурга  
/Л.Н.Сидорова/

## МЕНЮ

13 июля 2026 г.

### Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                      | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                         |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>34/1                 | 34/1                | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ | 150   | 3.10              | 5.20    | 20.20            | 143                                      | 0,50                  |
| ТТК №<br>13/1                 | 13/1                | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                      | 30    | 1.60              | 0.50    | 17.60            | 81                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>92/1                 | 92/1                | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                           | 180   | 2.10              | 1.70    | 11.50            | 70                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                         | 360   | 6.80              | 7.40    | 49.30            | 294                                      | 0,50                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>113/1                | 113/1/3             | СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)                                | 150   | 0.80              | 0.20    | 15.20            | 69                                       | 1,40                  |
| Итого                         |                     |                                                         | 150   | 0.80              | 0.20    | 15.20            | 69                                       | 1,40                  |
| Обед                          |                     |                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>137/1                | 137/1               | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И<br>ОГУРЦОВ                  | 40    | 0.40              | 2.50    | 1.40             | 31                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>12/1                 | 12/1                | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И<br>СМЕТАНОЙ) | 180   | 1.80              | 6.00    | 8.60             | 96                                       | 28,00                 |
| ТТК №<br>87/1                 | 87/1                | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                           | 60    | 6.50              | 4.20    | 4.90             | 89                                       | 0,30                  |
| ТТК №<br>149/1                | 149/1               | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ                             | 120   | 1.80              | 2.50    | 21.50            | 116                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНС-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>50/1                 | 50/1                | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА                          | 150   | 0.50              | 0.20    | 13.90            | 60                                       | 72,00                 |
| Итого                         |                     |                                                         | 590   | 13.80             | 16.10   | 70.20            | 489                                      | 100,30                |
| Полдник                       |                     |                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>124/1                | 124/1               | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                           | 160   | 8.80              | 12.40   | 11.10            | 191                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 30    | 2.00              | 0.30    | 13.90            | 66                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>93/1                 | 93/1                | ЧАЙ С САХАРОМ                                           | 180   | 0.10              | 0.00    | 6.20             | 25                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>145/1                | 145/1               | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"                                      | 40    | 2.40              | 2.60    | 24.20            | 130                                      | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                         | 410   | 13.30             | 15.30   | 55.40            | 412                                      | 0,00                  |
| Всего                         |                     |                                                         |       | 34.70             | 39.00   | 190.10           | 1 264                                    | 102,20                |

Согласовано

Заведующий  
Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №42 Приморского района Санкт-  
Петербурга  
/Л.Н.Сидорова/

**МЕНЮ**

14 июля 2026 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                              | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                 |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>154/1                | 154/1               | ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ                                                                | 150   | 5.50              | 8.10    | 11.30            | 141                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                               | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>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 №<br>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 №<br>20/1                 | 20/1                | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                                                                | 40    | 0.60              | 4.00    | 2.60             | 49                                       | 7,50                  |
| ТТК №<br>81/1                 | 81/1                | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И<br>ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО<br>ХЛЕБА) | 180   | 2.70              | 3.10    | 15.20            | 98                                       | 3,70                  |
| ТТК №<br>155/1                | 155/1               | ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ                                                              | 60    | 6.90              | 6.60    | 0.60             | 90                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>45/1                 | 45/1                | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ                                                  | 110   | 2.30              | 3.30    | 20.90            | 116                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                             | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                               | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>129/1                | 129/1               | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                                                                 | 150   | 0.10              | 0.10    | 15.20            | 62                                       | 0,78                  |
| Итого                         |                     |                                                                                 | 580   | 15.40             | 17.80   | 74.40            | 512                                      | 11,98                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>25/1                 | 25/1                | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                                            | 130   | 9.90              | 11.80   | 22.30            | 240                                      | 0,27                  |
| ТТК №<br>26/1                 | 26/1                | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ<br>ПОДАЧИ К БЛЮДУ)                                        | 15    | 1.10              | 1.30    | 8.30             | 49                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>91/1                 | 91/1                | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                                   | 150/7 | 0.10              | 0.00    | 5.40             | 22                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>60/1                 | 60/1                | ПЕЧЕНЬЕ<br>ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ                                                   | 20    | 1.40              | 2.60    | 14.60            | 88                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>1/1                  | 1/1/1               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)                                                       | 95    | 0.90              | 0.20    | 7.70             | 41                                       | 2,01                  |
| Итого                         |                     |                                                                                 | 417   | 13.40             | 15.90   | 58.30            | 440                                      | 2,28                  |
| Всего                         |                     |                                                                                 |       | 42.40             | 48.00   | 175.10           | 1 305                                    | 16,31                 |

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №42 Приморского района Санкт-  
Петербурга  
/Л.Н.Сидорова/

**МЕНЮ**

15 июля 2026 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>32/1                 | 32/1                | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150   | 2.30              | 4.60    | 16.70            | 110                                      | 0,53                  |
| ТТК №<br>16/1                 | 16/1                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                 | 30    | 3.80              | 3.50    | 10.60            | 89                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>97/1                 | 97/1                | КАКАО С МОЛОКОМ                                   | 180   | 3.00              | 2.50    | 15.00            | 94                                       | 0,60                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 360   | 9.10              | 10.60   | 42.30            | 293                                      | 1,13                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>29/1                 | 29/1                | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%                       | 150   | 4.20              | 3.80    | 16.50            | 81                                       | 0,30                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 150   | 4.20              | 3.80    | 16.50            | 81                                       | 0,30                  |
| Обед                          |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>381/1                | 381/1               | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С<br>СЫРОМ              | 40    | 1.40              | 3.60    | 2.30             | 47                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>134/1/2              | 134/1/2             | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)                          | 180   | 2.90              | 4.00    | 7.00             | 76                                       | 11,00                 |
| ТТК №<br>67/1                 | 67/1                | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                       | 60    | 5.60              | 7.10    | 5.40             | 108                                      | 11,35                 |
| ТТК №<br>130/1                | 130/1               | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ                                | 120   | 1.90              | 2.60    | 16.20            | 96                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ               | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>41/1                 | 41/1                | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                       | 150   | 0.50              | 0.00    | 14.40            | 59                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 590   | 15.10             | 18.00   | 65.20            | 483                                      | 22,35                 |
| Полдник                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>151/1                | 151/1               | КНЕЛИ РЫБНЫЕ ПРИПУЩЕННЫЕ                          | 60    | 5.70              | 3.10    | 3.80             | 72                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>53/1                 | 53/1                | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ           | 115   | 1.10              | 1.60    | 8.30             | 52                                       | 5,88                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ               | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>113/1                | 113/1/1             | СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)                       | 150   | 0.80              | 0.00    | 19.10            | 83                                       | 1,40                  |
| ТТК №<br>96/1                 | 96/1                | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                               | 40    | 3.20              | 2.40    | 17.80            | 106                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>1/1                  | 1/1/4               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                            | 95    | 0.40              | 0.40    | 9.30             | 45                                       | 6,00                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 480   | 12.50             | 7.70    | 67.60            | 402                                      | 13,28                 |
| Всего                         |                     |                                                   |       | 40.90             | 40.10   | 191.60           | 1 259                                    | 37,06                 |

Согласовано

Заведующий  
Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №42 Приморского района Санкт-  
Петербурга  
/Л.Н.Сидорова/

**МЕНЮ**

16 июля 2026 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                           | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                              |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                              |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>122/1                | 122/1               | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                            | 120   | 7.80              | 8.40    | 2.20             | 132                                      | 0,17                  |
| ТТК №<br>22/1                 | 22/1                | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ<br>ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)         | 30    | 0.90              | 1.10    | 1.50             | 19                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                            | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>92/1                 | 92/1                | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                | 180   | 2.10              | 1.70    | 11.50            | 70                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                              | 350   | 12.30             | 11.70   | 25.80            | 274                                      | 0,17                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                              |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>73/1                 | 73/1                | РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%                                          | 150   | 4.40              | 3.80    | 6.30             | 77                                       | 0,90                  |
| Итого                         |                     |                                                              | 150   | 4.40              | 3.80    | 6.30             | 77                                       | 0,90                  |
| Обед                          |                     |                                                              |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>362/1                | 362/1               | САПАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ                                     | 40    | 0.60              | 2.40    | 3.30             | 37                                       | 38,00                 |
| ТТК №<br>94/1                 | 94/1                | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И<br>СМЕТАНОЙ) | 180   | 2.10              | 4.30    | 5.80             | 70                                       | 53,84                 |
| ТТК №<br>11/1                 | 11/1/1              | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)<br>(БИТОЧКИ)                       | 60    | 7.00              | 7.40    | 8.50             | 129                                      | 0,43                  |
| ТТК №<br>109/1                | 109/1               | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                   | 120   | 3.30              | 3.90    | 27.10            | 139                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                          | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                            | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>48/1                 | 48/1                | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ                                         | 150   | 0.20              | 0.00    | 9.60             | 39                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                              | 590   | 16.00             | 18.70   | 74.20            | 511                                      | 92,27                 |
| Полдник                       |                     |                                                              |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>164/1                | 164/1               | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ<br>- "ЁЖИКИ"                     | 60    | 5.10              | 5.50    | 8.50             | 99                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>156/1                | 156/1               | ПУДИНГ ОВОЩНОЙ                                               | 120   | 2.20              | 5.30    | 11.10            | 93                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                          | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>98/1                 | 98/1                | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                                             | 180   | 1.00              | 0.10    | 24.50            | 102                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>19/1                 | 19/1                | ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ                                     | 20    | 0.80              | 5.40    | 12.40            | 102                                      | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                              | 400   | 10.40             | 16.50   | 65.80            | 440                                      | 0,00                  |
| Всего                         |                     |                                                              |       | 43.10             | 50.70   | 172.10           | 1 302                                    | 93,34                 |

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №42 Приморского района Санкт-

Петербурга.

/Л.Н.Сидорова/

**МЕНЮ**

17 июля 2026 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                 | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                    |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                    |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>36/1                 | 36/1                | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150    | 2.10              | 5.00    | 19.00            | 132                                      | 0,40                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                  | 20     | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>44/1                 | 44/1                | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                         | 180    | 2.20              | 1.90    | 14.50            | 84                                       | 0,56                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 350    | 5.80              | 7.40    | 44.10            | 269                                      | 0,96                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                    |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>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 №<br>71/1                 | 71/1                | РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И<br>СМЕТАНОЙ)                 | 180    | 1.80              | 5.80    | 8.80             | 95                                       | 5,30                  |
| ТТК №<br>178/1                | 178/1               | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ                   | 40     | 0.50              | 2.10    | 3.50             | 34                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>142/1                | 142/1               | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ<br>ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ                     | 60     | 6.00              | 2.90    | 6.80             | 77                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>127/1                | 127/1               | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                  | 120    | 1.70              | 3.70    | 16.70            | 107                                      | 10,30                 |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20     | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                  | 20     | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>113/1                | 113/1/2             | СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)                         | 150    | 0.50              | 0.00    | 24.80            | 102                                      | 1,40                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 590    | 13.30             | 15.20   | 80.50            | 512                                      | 17,00                 |
| Полдник                       |                     |                                                    |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>162/1                | 162/1               | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                                    | 60     | 5.80              | 7.00    | 10.20            | 133                                      | 0,05                  |
| ТТК №<br>133/1                | 133/1               | МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ             | 115    | 1.00              | 3.50    | 9.30             | 72                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20     | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>90/1                 | 90/1                | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                     | 150/10 | 0.10              | 0.00    | 6.50             | 27                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>18/1                 | 18/1                | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                                | 40     | 3.70              | 3.00    | 16.40            | 108                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>1/1                  | 1/1/3               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)                          | 95     | 0.80              | 0.20    | 7.10             | 36                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                    | 490    | 12.70             | 13.90   | 58.80            | 420                                      | 0,05                  |
| Всего                         |                     |                                                    |        | 36.20             | 40.30   | 189.40           | 1 276                                    | 19,50                 |

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №42 Приморского района Санкт-  
Петербурга  
/Л.Н.Сидорова/

**МЕНЮ**

20 июля 2026 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                               | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                  |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>33/1                 | 33/1                | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ | 150   | 2.80              | 5.20    | 14.50            | 111                                      | 0,53                  |
| ТТК №<br>16/1                 | 16/1                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                | 30    | 3.80              | 3.50    | 10.60            | 89                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>97/1                 | 97/1                | КАКАО С МОЛОКОМ                                                  | 180   | 3.00              | 2.50    | 15.00            | 94                                       | 0,60                  |
| Итого                         |                     |                                                                  | 360   | 9.60              | 11.20   | 40.10            | 294                                      | 1,13                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>29/1                 | 29/1                | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%                                      | 150   | 4.20              | 3.80    | 16.50            | 81                                       | 0,30                  |
| Итого                         |                     |                                                                  | 150   | 4.20              | 3.80    | 16.50            | 81                                       | 0,30                  |
| Обед                          |                     |                                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>185/1                | 185/1               | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                                          | 40    | 0.30              | 3.40    | 0.90             | 37                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>12/1                 | 12/1                | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И<br>СМЕТАНОЙ)          | 180   | 1.80              | 6.00    | 8.60             | 96                                       | 28,00                 |
| ТТК №<br>42/1                 | 42/1                | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ                                                 | 60    | 6.30              | 7.50    | 6.70             | 122                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>52/1                 | 52/1                | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                                           | 120   | 1.90              | 4.60    | 11.20            | 94                                       | 11,25                 |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                              | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>41/1                 | 41/1                | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                      | 150   | 0.50              | 0.00    | 14.40            | 59                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                  | 590   | 13.60             | 22.20   | 61.70            | 505                                      | 39,25                 |
| Полдник                       |                     |                                                                  |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>87/1                 | 87/1                | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                                    | 60    | 6.50              | 4.20    | 4.90             | 89                                       | 0,30                  |
| ТТК №<br>119/1                | 119/1               | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С<br>МОРКОВЬЮ                                  | 115   | 1.40              | 3.20    | 13.70            | 89                                       | 9,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                              | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>93/1                 | 93/1                | ЧАЙ С САХАРОМ                                                    | 150   | 0.10              | 0.00    | 5.20             | 21                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>145/1                | 145/1               | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"                                               | 40    | 2.40              | 2.60    | 24.20            | 130                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>1/1                  | 1/1/4               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                                           | 95    | 0.40              | 0.40    | 9.30             | 45                                       | 6,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                  | 480   | 12.10             | 10.60   | 66.60            | 418                                      | 15,30                 |
| Всего                         |                     |                                                                  |       | 39.50             | 47.80   | 184.90           | 1 298                                    | 55,98                 |

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №42 Приморского района Санкт-  
Петербурга  
/Л.Н.Сидорова/

**МЕНЮ**

21 июля 2026 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>37/1                 | 37/1                | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА<br>МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)  | 150   | 3.90              | 5.90    | 18.50            | 142                                      | 0,40                  |
| ТТК №<br>13/1                 | 13/1                | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                | 30    | 1.60              | 0.50    | 17.60            | 81                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>92/1                 | 92/1                | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                     | 180   | 2.10              | 1.70    | 11.50            | 70                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 360   | 7.60              | 8.10    | 47.60            | 293                                      | 0,40                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>73/1                 | 73/1                | РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%                               | 150   | 4.40              | 3.80    | 6.30             | 77                                       | 0,90                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 150   | 4.40              | 3.80    | 6.30             | 77                                       | 0,90                  |
| Обед                          |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>20/1                 | 20/1                | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                                  | 40    | 0.60              | 4.00    | 2.60             | 49                                       | 7,50                  |
| ТТК №<br>132/1                | 132/1               | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ                          | 180   | 3.80              | 2.30    | 12.80            | 88                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>43/1                 | 43/1                | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ                        | 60    | 8.10              | 3.50    | 10.70            | 107                                      | 0,43                  |
| ТТК №<br>148/1                | 148/1               | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С<br>МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 120   | 1.30              | 3.30    | 13.90            | 92                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ               | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>113/1                | 113/1/3             | СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)                          | 150   | 0.80              | 0.20    | 15.20            | 69                                       | 1,40                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 590   | 17.40             | 14.00   | 75.10            | 502                                      | 9,33                  |
| Полдник                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>25/1                 | 25/1                | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                              | 130   | 9.90              | 11.80   | 22.30            | 240                                      | 0,27                  |
| ТТК №<br>26/1                 | 26/1                | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ<br>ПОДАЧИ К БЛЮДУ)          | 15    | 1.10              | 1.30    | 8.30             | 49                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>91/1                 | 91/1                | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                     | 150/7 | 0.10              | 0.00    | 5.40             | 22                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>60/1                 | 60/1                | ПЕЧЕНЬЕ<br>ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ                     | 20    | 1.40              | 2.60    | 14.60            | 88                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>1/1                  | 1/1/1               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)                         | 95    | 0.90              | 0.20    | 7.70             | 41                                       | 2,01                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 417   | 13.40             | 15.90   | 58.30            | 440                                      | 2,28                  |
| Всего                         |                     |                                                   |       | 42.80             | 41.80   | 187.30           | 1 312                                    | 12,91                 |

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №42 Приморского района Санкт-  
Петербурга  
/Л.Н.Сидорова/

**МЕНЮ**

22 июля 2026 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                      | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                         |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>34/1                 | 34/1                | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ | 150    | 3.10              | 5.20    | 20.20            | 143                                      | 0,50                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 40     | 3.00              | 1.10    | 21.20            | 107                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>90/1                 | 90/1                | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                          | 170/10 | 0.10              | 0.00    | 6.50             | 27                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                         | 370    | 6.20              | 6.30    | 47.90            | 277                                      | 0,50                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>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 №<br>120/1                | 120/1               | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК                                | 40     | 0.30              | 2.10    | 3.20             | 32                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>161/1                | 161/1               | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ ( С<br>ПТИЦЕЙ)                       | 180    | 2.00              | 4.10    | 7.70             | 77                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>11/1                 | 11/1                | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)<br>(КОТЛЕТЫ)                  | 60     | 7.00              | 7.40    | 8.50             | 129                                      | 0,43                  |
| ТТК №<br>158/1                | 158/1               | РАГУ ОВОЩНОЕ (С СОУСОМ<br>СМЕТАНЫМ)                     | 120    | 1.50              | 3.90    | 12.50            | 91                                       | 61,36                 |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 20     | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 20     | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>98/1                 | 98/1                | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                                        | 150    | 0.80              | 0.10    | 20.60            | 86                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                         | 590    | 14.40             | 18.30   | 72.40            | 512                                      | 61,79                 |
| Полдник                       |                     |                                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>152/1                | 152/1               | КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"                                        | 60     | 6.60              | 7.40    | 3.80             | 103                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>157/1                | 157/1               | ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ                                          | 115    | 1.20              | 3.90    | 10.10            | 81                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 20     | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>40/1                 | 40/1                | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ<br>(ЯБЛОК)                      | 150    | 0.10              | 0.10    | 7.90             | 33                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>146/1                | 146/1               | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                        | 40     | 2.60              | 0.60    | 20.00            | 96                                       | 0,10                  |
| ТТК №<br>1/1                  | 1/1/2               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)                                   | 95     | 0.40              | 0.30    | 9.80             | 45                                       | 2,01                  |
| Итого                         |                     |                                                         | 480    | 12.20             | 12.50   | 60.90            | 402                                      | 2,11                  |
| Всего                         |                     |                                                         |        | 37.20             | 40.90   | 187.20           | 1 266                                    | 65,89                 |

Согласовано

Заведующий  
Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №42 Приморского района Санкт-  
Петербурга  
/Л.Н.Сидорова/

**МЕНЮ**

23 июля 2026 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                   | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>122/1                | 122/1               | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                    | 120   | 7.80              | 8.40    | 2.20             | 132                                      | 0,17                  |
| ТТК №<br>22/1                 | 22/1                | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ<br>ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый) | 30    | 0.90              | 1.10    | 1.50             | 19                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕНный                                    | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>44/1                 | 44/1                | КОФЕЙный НАПИТОК С МОЛОКОМ                           | 180   | 2.20              | 1.90    | 14.50            | 84                                       | 0,56                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 350   | 12.40             | 11.90   | 28.80            | 288                                      | 0,73                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>29/1                 | 29/1                | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%                          | 150   | 4.20              | 3.80    | 16.50            | 81                                       | 0,30                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 150   | 4.20              | 3.80    | 16.50            | 81                                       | 0,30                  |
| Обед                          |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>160/1                | 160/1               | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С<br>ЧЕРНОСЛИВОМ                     | 40    | 0.60              | 2.10    | 7.90             | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>134/1/1              | 134/1/1             | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И<br>СМЕТАНОЙ)                | 180   | 2.70              | 3.80    | 6.90             | 73                                       | 11,00                 |
| ТТК №<br>110/1                | 110/1/1             | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБные<br>ЗАПЕЧЕНные (БИТОЧКИ)   | 60    | 6.20              | 2.80    | 5.80             | 73                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>127/1                | 127/1               | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                    | 120   | 1.70              | 3.70    | 16.70            | 107                                      | 10,30                 |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧный<br>ОБОГАЩЕНный                  | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕНный                                    | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>113/1                | 113/1/1             | СОК ФРУКТОВый (АБРИКОСОВый)                          | 150   | 0.80              | 0.00    | 19.10            | 83                                       | 1,40                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 590   | 14.80             | 13.10   | 76.30            | 486                                      | 22,70                 |
| Полдник                       |                     |                                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>163/1                | 163/1               | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В<br>МОЛОЧНОМ СОУСЕ              | 60    | 5.70              | 7.50    | 5.50             | 109                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>147/1                | 147/1               | ЗАПЕКАНКА ОВОЩная                                    | 115   | 2.30              | 6.60    | 19.60            | 149                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧный<br>ОБОГАЩЕНный                  | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>93/1                 | 93/1                | ЧАЙ С САХАРОМ                                        | 180   | 0.10              | 0.00    | 6.20             | 25                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>96/1                 | 96/1                | БУЛОЧКА "ТВОРОЖная"                                  | 40    | 3.20              | 2.40    | 17.80            | 106                                      | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                      | 415   | 12.60             | 16.70   | 58.40            | 433                                      | 0,00                  |
| Всего                         |                     |                                                      |       | 44.00             | 45.50   | 180.00           | 1 288                                    | 23,73                 |

Согласовано

Заведующий

Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №42 Приморского района Санкт-  
Петербурга  
/Л.Н.Сидорова/

**МЕНЮ**

24 июля 2026 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                    | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                       |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                       |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>35/1                 | 35/1                | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ПШЕННАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ | 150   | 3.10              | 5.50    | 19.00            | 141                                      | 0,37                  |
| ТТК №<br>13/1                 | 13/1                | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                    | 30    | 1.60              | 0.50    | 17.60            | 81                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>92/1                 | 92/1                | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                         | 180   | 2.10              | 1.70    | 11.50            | 70                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 360   | 6.80              | 7.70    | 48.10            | 292                                      | 0,37                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                       |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>73/1                 | 73/1                | РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%                                   | 150   | 4.40              | 3.80    | 6.30             | 77                                       | 0,90                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 150   | 4.40              | 3.80    | 6.30             | 77                                       | 0,90                  |
| Обед                          |                     |                                                       |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>178/1                | 178/1               | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ                      | 40    | 0.50              | 2.10    | 3.50             | 34                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>70/1                 | 70/1                | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С<br>МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)      | 180   | 1.80              | 5.40    | 11.10            | 100                                      | 22,00                 |
| ТТК №<br>67/1                 | 67/1                | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                           | 60    | 5.60              | 7.10    | 5.40             | 108                                      | 11,35                 |
| ТТК №<br>45/1                 | 45/1                | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ                        | 110   | 2.30              | 3.30    | 20.90            | 116                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>79/1                 | 79/1                | СОУС МОЛОЧНЫЙ                                         | 20    | 0.40              | 1.20    | 1.30             | 18                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                     | 20    | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>40/1                 | 40/1                | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ<br>(ГРУШ)                     | 150   | 0.10              | 0.10    | 8.10             | 34                                       | 0,78                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 600   | 13.50             | 19.90   | 70.20            | 507                                      | 34,13                 |
| Полдник                       |                     |                                                       |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>378/1                | 378/1               | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                       | 170   | 7.70              | 12.80   | 16.00            | 218                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>89/1                 | 89/1                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 20    | 1.30              | 0.20    | 9.30             | 44                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>113/1                | 113/1/2             | СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)                            | 150   | 0.50              | 0.00    | 24.80            | 102                                      | 1,40                  |
| ТТК №<br>1/1                  | 1/1/4               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                                | 95    | 0.40              | 0.40    | 9.30             | 45                                       | 6,00                  |
| Итого                         |                     |                                                       | 435   | 9.90              | 13.40   | 59.40            | 409                                      | 7,40                  |
| Всего                         |                     |                                                       |       | 34.60             | 44.80   | 184.00           | 1 285                                    | 42,80                 |