

Согласовано

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

МЕНЮ

1 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 122/1	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8.50	9.10	2.40	142	0,52
ТТК № 22/1	22/1/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый)	20	0.60	0.70	1.00	13	1,91
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.20	1.90	14.50	84	1,89
Итого			350	12.80	12.20	28.50	292	4,32
II Завтрак								
ТТК № 29/1	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.20	3.80	16.50	81	1,35
Итого			150	4.20	3.80	16.50	81	1,35
Обед								
ТТК № 160/1	160/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0.60	2.10	7.90	53	3,48
ТТК № 134/1/1	134/1/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.70	3.80	6.90	73	13,80
ТТК № 110/1	110/1/1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	60	6.00	2.80	5.80	73	1,01
ТТК № 127/1	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1.70	3.70	16.70	107	20,77
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	113/1/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.80	0.00	19.10	83	3,00
Итого			600	15.30	13.20	80.90	508	42,06
Полдник								
ТТК № 163/1	163/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	5.70	7.50	5.50	109	1,32
ТТК № 147/1	147/1	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	120	2.40	6.90	20.40	156	28,53
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	6.20	25	0,05
ТТК № 96/1	96/1	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	3.20	2.40	17.80	106	0,14
Итого			420	12.70	17.00	59.20	440	30,04
Всего				45.00	46.20	185.10	1 321	77,77

Согласовано

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

МЕНЮ

2 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 35/1	35/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.10	5.50	19.00	141	0,96
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	6.80	7.70	48.10	292	6,17
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 № 178/1	178/1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0.50	2.10	3.50	34	14,38
ТТК № 70/1	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1.80	5.10	11.10	95	9,62
ТТК № 67/1	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	5.60	7.10	5.40	108	24,46
ТТК № 45/1	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2.30	3.30	20.90	116	0,00
ТТК № 79/1	79/1	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0.40	1.20	1.30	18	0,14
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 40/1	40/1/2	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	150	0.10	0.10	8.10	34	1,50
Итого			600	13.50	19.60	70.20	502	50,10
Полдник								
ТТК № 378/1	378/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7.70	12.80	16.00	218	51,54
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 113/1	113/1/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.50	0.00	24.80	102	3,00
ТТК № 1/1	1/1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.40	0.40	9.30	45	9,50
Итого			435	9.90	13.40	59.40	409	64,04
Всего				34.60	44.50	184.00	1 280	121,51

Согласовано

Заведующий

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

МЕНЮ

5 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 34/1	34/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.10	5.20	20.20	143	0,50
ТТК № 13/1	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.60	0.50	17.60	81	0,00
ТТК № 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 № 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 № 137/1	137/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0.40	2.50	1.40	31	0,00
ТТК № 382/1	382/1	БОРЩ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1.80	5.30	7.40	88	28,00
ТТК № 87/1	87/1	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	6.30	4.20	4.90	89	0,30
ТТК № 149/1	149/1	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	120	1.80	2.50	21.50	116	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 50/1	50/1	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.50	0.20	13.90	60	72,00
Итого			590	13.60	15.40	69.00	481	100,30
Полдник								
ТТК № 124/1	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	8.70	7.50	15.90	181	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66	0,00
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	6.20	25	0,00
ТТК № 145/1	145/1	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	2.40	2.60	24.20	130	0,00
Итого			410	13.20	10.40	60.20	402	0,00
Всего				34.40	33.40	193.70	1 246	102,20

Согласовано

Заведующий

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

/Сидорова Л.Н./

МЕНЮ

6 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 154/1	154/1	ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ	150	5.50	8.10	11.30	141	0,00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.20	1.90	14.50	84	0,56
Итого			350	9.20	10.50	36.40	278	0,56
II Завтрак								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.00	75	1,49
Итого			150	4.40	3.80	6.00	75	1,49
Обед								
ТТК № 54/1/1	54/1/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40	0.30	0.00	0.80	5	2,00
ТТК № 81/1	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	180	2.70	3.10	15.20	98	3,70
ТТК № 24/1	24/1	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	10.50	16.30	12.90	240	12,64
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 129/1	129/1	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0.10	0.10	15.20	62	0,78
Итого			570	16.40	20.20	64.00	502	19,12
Полдник								
ТТК № 25/1	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	9.90	11.80	23.70	240	0,27
ТТК № 26/1	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	15	1.10	1.30	8.30	49	0,00
ТТК № 91/1	91/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.10	0.00	5.40	22	0,00
ТТК № 60/1	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.40	2.60	14.60	88	0,00
ТТК № 1/1	1/1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0.90	0.20	7.70	41	2,01
Итого			422	13.40	15.90	59.70	440	2,28
Всего				43.40	50.40	166.10	1 295	23,45

Согласовано

Заведующий

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

МЕНЮ

7 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 32/1	32/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2.30	4.60	16.70	109	0,53
ТТК № 15/1	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.60	4.70	10.70	91	0,00
ТТК № 97/1	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.00	2.50	15.00	94	0,60
Итого			355	6.90	11.80	42.40	294	1,13
II Завтрак								
ТТК № 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 № 381/1	381/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1.40	3.60	2.30	47	0,00
ТТК № 487/1/1	487/1/1	СУП ОВОЩНОЙ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ И БРОККОЛИ (С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ)	180	3.00	4.70	6.70	81	11,00
ТТК № 258/1/1	258/1/1	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	160	8.70	7.90	18.60	185	12,00
ТТК № 79/1	79/1	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0.40	1.20	1.30	18	0,14
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 41/1	41/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.50	0.00	14.40	59	0,00
Итого			590	16.80	18.10	63.20	487	23,14
Полдник								
ТТК № 151/1	151/1	КНЕЛИ РЫБНЫЕ ПРИПУЩЕННЫЕ	60	5.70	3.10	3.80	72	0,00
ТТК № 53/1	53/1	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1.20	1.60	9.60	62	5,88
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 113/1	113/1/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.80	0.00	19.10	83	3,00
ТТК № 96/1	96/1	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	3.20	2.40	17.80	106	0,14
ТТК № 1/1	1/1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.40	0.40	9.30	45	9,50
Итого			485	12.60	7.70	68.90	412	18,52
Всего				40.50	41.40	191.00	1 274	43,09

Согласовано

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

МЕНЮ

8 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 122/1	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8.50	9.10	2.40	142	0,52
ТТК № 22/1	22/1/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый)	20	0.60	0.70	1.00	13	1,91
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 92/1	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.50	70	1,21
Итого			350	12.70	12.00	25.50	278	3,64
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 № 362/1	362/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	40	0.60	2.40	3.30	37	3,90
ТТК № 94/1	94/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.10	4.30	5.80	70	19,40
ТТК № 472/1	472/1	БИФСТЕКС ПО-ДОМАШНЕМУ	60	7.00	6.90	8.40	125	0,82
ТТК № 109/1	109/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3.30	3.90	27.10	139	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 48/1	48/1	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0.20	0.00	9.60	39	9,90
Итого			590	16.00	18.20	74.10	507	34,02
Полдник								
ТТК № 164/1	164/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКИ"	60	5.10	5.50	8.50	99	1,76
ТТК № 156/1	156/1	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	120	2.20	5.30	11.10	93	24,12
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 98/1	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1.00	0.10	24.50	102	0,72
ТТК № 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	26,60
Всего				43.50	50.50	171.70	1 302	65,46

Согласовано

Заведующий

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

МЕНЮ

9 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 36/1	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2.10	5.00	19.00	132	0,99
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.20	1.90	14.50	84	1,89
Итого			350	5.80	7.40	44.10	269	2,88
II Завтрак								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.00	75	1,05
Итого			150	4.40	3.80	6.00	75	1,05
Обед								
ТТК № 178/1	178/1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0.50	2.10	3.50	34	14,38
ТТК № 70/1	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1.80	5.10	11.10	95	9,62
ТТК № 142/1	142/1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	6.00	2.90	6.80	77	2,11
ТТК № 127/1	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1.70	3.70	16.70	107	20,77
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 113/1	113/1/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.50	0.00	24.80	102	3,00
Итого			590	13.30	14.50	82.80	512	49,88
Полдник								
ТТК № 162/1	162/1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	5.80	7.00	10.20	133	16,66
ТТК № 135/1	135/1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	120	4.60	9.20	21.40	187	0,07
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 90/1	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0.10	0.00	6.50	27	0,34
ТТК № 1/1	1/1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	95	0.80	0.20	7.10	36	36,10
Итого			455	12.60	16.60	54.50	427	53,17
Всего				36.10	42.30	187.40	1 283	106,98

Согласовано

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

МЕНЮ

12 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 33/1	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2.80	5.20	14.50	111	0,53
ТТК № 16/1	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3.80	3.50	10.60	89	0,07
ТТК № 97/1	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.00	2.50	15.00	94	2,08
Итого			360	9.60	11.20	40.10	294	2,68
II Завтрак								
ТТК № 29/1	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.20	3.80	16.50	81	1,35
Итого			150	4.20	3.80	16.50	81	1,35
Обед								
ТТК 185/1	185/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0.30	3.40	0.90	37	0,00
ТТК № 382/1	382/1	БОРЩ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1.80	5.30	7.40	88	13,92
ТТК № 42/1	42/1	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	60	6.10	7.50	6.70	122	0,14
ТТК № 52/1	52/1	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1.90	4.60	11.20	94	19,62
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 41/1	41/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.50	0.00	14.40	59	0,00
Итого			590	13.40	21.50	60.50	497	33,68
Полдник								
ТТК № 87/1	87/1	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	6.30	4.20	4.90	89	1,19
ТТК № 119/1	119/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	1.60	3.50	14.90	97	16,97
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.10	0.00	5.20	21	0,04
ТТК № 145/1	145/1	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	2.40	2.60	24.20	130	0,00
ТТК № 1/1	1/1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.40	0.40	9.30	45	9,50
Итого			485	12.10	10.90	67.80	426	27,70
Всего				39.30	47.40	184.90	1 298	65,41

Согласовано

Заведующий

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

МЕНЮ

13 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, 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

Согласовано

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

МЕНЮ

14 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 31/1	31/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.30	7.00	22.00	166	1,32
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.30	0.80	15.90	80	0,00
ТТК № 90/1	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	170/10	0.10	0.00	6.50	27	0,35
Итого			360	5.70	7.80	44.40	273	1,67
II Завтрак								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.00	75	1,05
Итого			150	4.40	3.80	6.00	75	1,05
Обед								
ТТК № 120/1	120/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0.30	2.10	3.20	32	2,78
ТТК № 161/1	161/1	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)	180	2.00	4.10	7.70	77	1,42
ТТК № 11/1	11/1/2	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	60	6.70	7.40	8.50	129	0,16
ТТК № 158/1	158/1	РАГУ ОВОЩНОЕ (С СОУСОМ СМЕТАННЫМ)	120	1.50	3.90	12.50	91	19,69
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 98/1	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0.80	0.10	20.60	86	0,60
Итого			590	14.10	18.30	72.40	512	24,65
Полдник								
ТТК № 152/1	152/1	КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	60	6.60	7.40	3.80	103	2,20
ТТК № 157/1	157/1	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	120	1.60	4.10	10.50	85	13,09
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 40/1	40/1/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0.10	0.10	7.90	33	3,00
ТТК № 146/1	146/1	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	2.60	0.60	20.00	96	0,21
ТТК № 1/1	1/1/2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	95	0.40	0.30	9.80	45	4,75
Итого			485	12.80	13.00	62.60	415	23,25
Всего				37.00	42.90	185.40	1 275	50,62

Согласовано

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

МЕНЮ

15 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 122/1	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8.50	9.10	2.40	142	0,52
ТТК № 22/1	22/1/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	20	0.60	0.70	1.00	13	1,91
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.20	1.90	14.50	84	1,89
Итого			350	12.80	12.20	28.50	292	4,32
II Завтрак								
ТТК № 29/1	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.20	3.80	16.50	81	1,35
Итого			150	4.20	3.80	16.50	81	1,35
Обед								
ТТК № 160/1	160/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0.60	2.10	7.90	53	3,48
ТТК № 134/1/1	134/1/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.70	3.80	6.90	73	13,80
ТТК № 110/1	110/1/1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	60	6.00	2.80	5.80	73	1,01
ТТК № 127/1	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1.70	3.70	16.70	107	20,77
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	113/1/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.80	0.00	19.10	83	3,00
Итого			600	15.30	13.20	80.90	508	42,06
Полдник								
ТТК № 163/1	163/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	5.70	7.50	5.50	109	1,32
ТТК № 147/1	147/1	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	120	2.40	6.90	20.40	156	28,53
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	6.20	25	0,05
ТТК № 96/1	96/1	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	3.20	2.40	17.80	106	0,14
Итого			420	12.70	17.00	59.20	440	30,04
Всего				45.00	46.20	185.10	1 321	77,77

Согласовано

Заведующий

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

МЕНЮ

16 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 35/1	35/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.10	5.50	19.00	141	0,96
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	6.80	7.70	48.10	292	6,17
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 № 178/1	178/1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0.50	2.10	3.50	34	14,38
ТТК № 70/1	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1.80	5.10	11.10	95	9,62
ТТК № 67/1	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	5.60	7.10	5.40	108	24,46
ТТК № 45/1	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2.30	3.30	20.90	116	0,00
ТТК № 79/1	79/1	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0.40	1.20	1.30	18	0,14
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 40/1	40/1/2	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	150	0.10	0.10	8.10	34	1,50
Итого			600	13.50	19.60	70.20	502	50,10
Полдник								
ТТК № 378/1	378/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7.70	12.80	16.00	218	51,54
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 113/1	113/1/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.50	0.00	24.80	102	3,00
ТТК № 1/1	1/1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.40	0.40	9.30	45	9,50
Итого			435	9.90	13.40	59.40	409	64,04
Всего				34.60	44.50	184.00	1 280	121,51

Согласовано

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

МЕНЮ

19 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 34/1	34/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.10	5.20	20.20	143	0,50
ТТК № 13/1	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.60	0.50	17.60	81	0,00
ТТК № 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 № 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 № 137/1	137/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0.40	2.50	1.40	31	0,00
ТТК № 382/1	382/1	БОРЩ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1.80	5.30	7.40	88	28,00
ТТК № 87/1	87/1	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	6.30	4.20	4.90	89	0,30
ТТК № 149/1	149/1	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	120	1.80	2.50	21.50	116	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 50/1	50/1	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.50	0.20	13.90	60	72,00
Итого			590	13.60	15.40	69.00	481	100,30
Полдник								
ТТК № 124/1	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	8.70	7.50	15.90	181	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66	0,00
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	6.20	25	0,00
ТТК № 145/1	145/1	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	2.40	2.60	24.20	130	0,00
Итого			410	13.20	10.40	60.20	402	0,00
Всего				34.40	33.40	193.70	1 246	102,20

Согласовано

Заведующий

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

**МЕНЮ**

20 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 154/1	154/1	ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ	150	5.50	8.10	11.30	141	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.20	1.90	14.50	84	0,56
Итого			350	9.20	10.50	36.40	278	0,56
II Завтрак								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.00	75	1,49
Итого			150	4.40	3.80	6.00	75	1,49
Обед								
ТТК № 54/1/1	54/1/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40	0.30	0.00	0.80	5	2,00
ТТК № 81/1	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	180	2.70	3.10	15.20	98	3,70
ТТК № 24/1	24/1	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	10.50	16.30	12.90	240	12,64
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 129/1	129/1	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0.10	0.10	15.20	62	0,78
Итого			570	16.40	20.20	64.00	502	19,12
Полдник								
ТТК № 25/1	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	9.90	11.80	23.70	240	0,27
ТТК № 26/1	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	15	1.10	1.30	8.30	49	0,00
ТТК № 91/1	91/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.10	0.00	5.40	22	0,00
ТТК № 60/1	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.40	2.60	14.60	88	0,00
ТТК № 1/1	1/1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0.90	0.20	7.70	41	2,01
Итого			422	13.40	15.90	59.70	440	2,28
Всего				43.40	50.40	166.10	1 295	23,45

Согласовано

Заведующий

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

МЕНЮ

21 октября 2026 г.

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



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 32/1	32/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2.30	4.60	16.70	109	0,53
ТТК № 15/1	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.60	4.70	10.70	91	0,00
ТТК № 97/1	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.00	2.50	15.00	94	0,60
Итого			355	6.90	11.80	42.40	294	1,13
II Завтрак								
ТТК № 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 № 381/1	381/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1.40	3.60	2.30	47	0,00
ТТК № 487/1/1	487/1/1	СУП ОВОЩНОЙ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ И БРОККОЛИ (С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ)	180	3.00	4.70	6.70	81	11,00
ТТК № 258/1/1	258/1/1	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	160	8.70	7.90	18.60	185	12,00
ТТК № 79/1	79/1	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0.40	1.20	1.30	18	0,14
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 41/1	41/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.50	0.00	14.40	59	0,00
Итого			590	16.80	18.10	63.20	487	23,14
Полдник								
ТТК № 151/1	151/1	КНЕЛИ РЫБНЫЕ ПРИПУЩЕННЫЕ	60	5.70	3.10	3.80	72	0,00
ТТК № 53/1	53/1	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1.20	1.60	9.60	62	5,88
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 113/1	113/1/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.80	0.00	19.10	83	3,00
ТТК № 96/1	96/1	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	3.20	2.40	17.80	106	0,14
ТТК № 1/1	1/1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.40	0.40	9.30	45	9,50
Итого			485	12.60	7.70	68.90	412	18,52
Всего				40.50	41.40	191.00	1 274	43,09

Согласовано

Заведующий

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

МЕНЮ

22 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 122/1	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8.50	9.10	2.40	142	0,52
ТТК № 22/1	22/1/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	20	0.60	0.70	1.00	13	1,9
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 92/1	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.50	70	1,21
Итого			350	12.70	12.00	25.50	278	3,64
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 № 362/1	362/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	40	0.60	2.40	3.30	37	3,90
ТТК № 94/1	94/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.10	4.30	5.80	70	19,40
ТТК № 472/1	472/1	БИФШТЕКС ПО-ДОМАШНЕМУ	60	7.00	6.90	8.40	125	0,82
ТТК № 109/1	109/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3.30	3.90	27.10	139	0,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 48/1	48/1	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0.20	0.00	9.60	39	9,90
Итого			590	16.00	18.20	74.10	507	34,02
Полдник								
ТТК № 164/1	164/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКИ"	60	5.10	5.50	8.50	99	1,76
ТТК № 156/1	156/1	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	120	2.20	5.30	11.10	93	24,12
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 98/1	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1.00	0.10	24.50	102	0,72
ТТК № 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	26,60
Всего				43.50	50.50	171.70	1 302	65,46

Согласовано

Заведующий

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

**МЕНЮ**

23 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 36/1	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2.10	5.00	19.00	132	0,99
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.20	1.90	14.50	84	1,89
Итого			350	5.80	7.40	44.10	269	2,88
II Завтрак								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.00	75	1,05
Итого			150	4.40	3.80	6.00	75	1,05
Обед								
ТТК № 178/1	178/1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0.50	2.10	3.50	34	14,38
ТТК № 70/1	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1.80	5.10	11.10	95	9,62
ТТК № 142/1	142/1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	6.00	2.90	6.80	77	2,11
ТТК № 127/1	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1.70	3.70	16.70	107	20,77
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 113/1	113/1/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.50	0.00	24.80	102	3,00
Итого			590	13.30	14.50	82.80	512	49,88
Полдник								
ТТК № 162/1	162/1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	5.80	7.00	10.20	133	16,66
ТТК № 135/1	135/1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	120	4.60	9.20	21.40	187	0,07
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 90/1	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0.10	0.00	6.50	27	0,34
ТТК № 1/1	1/1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	95	0.80	0.20	7.10	36	36,10
Итого			455	12.60	16.60	54.50	427	53,17
Всего				36.10	42.30	187.40	1 283	106,98

Согласовано

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

**МЕНЮ**

26 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 33/1	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2.80	5.20	14.50	111	0,53
ТТК № 16/1	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3.80	3.50	10.60	89	0,07
ТТК № 97/1	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.00	2.50	15.00	94	2,08
Итого			360	9.60	11.20	40.10	294	2,68
II Завтрак								
ТТК № 29/1	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.20	3.80	16.50	81	1,35
Итого			150	4.20	3.80	16.50	81	1,35
Обед								
ТТК 185/1	185/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0.30	3.40	0.90	37	0,00
ТТК № 382/1	382/1	БОРЩ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1.80	5.30	7.40	88	13,92
ТТК № 42/1	42/1	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	60	6.10	7.50	6.70	122	0,14
ТТК № 52/1	52/1	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1.90	4.60	11.20	94	19,62
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 41/1	41/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0.50	0.00	14.40	59	0,00
Итого			590	13.40	21.50	60.50	497	33,68
Полдник								
ТТК № 87/1	87/1	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	6.30	4.20	4.90	89	1,19
ТТК № 119/1	119/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	1.60	3.50	14.90	97	16,97
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.10	0.00	5.20	21	0,04
ТТК № 145/1	145/1	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	2.40	2.60	24.20	130	0,00
ТТК № 1/1	1/1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.40	0.40	9.30	45	9,50
Итого			485	12.10	10.90	67.80	426	27,70
Всего				39.30	47.40	184.90	1 298	65,41

Согласовано

Заведующий

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

**МЕНЮ**

27 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, 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

жетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №42 Приморского района

МЕНО

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 31/1	31/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.30	7.00	22.00	166	1,32
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.30	0.80	15.90	80	0,00
ТТК № 90/1	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	170/10	0.10	0.00	6.50	27	0,35
Итого			360	5.70	7.80	44.40	273	1,67
II Завтрак								
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.40	3.80	6.00	75	1,05
Итого			150	4.40	3.80	6.00	75	1,05
Обед								
ТТК № 120/1	120/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0.30	2.10	3.20	32	2,78
ТТК № 161/1	161/1	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)	180	2.00	4.10	7.70	77	1,42
ТТК № 11/1	11/1/2	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	60	6.70	7.40	8.50	129	0,16
ТТК № 158/1	158/1	РАГУ ОВОЩНОЕ (С СОУСОМ СМЕТАННЫМ)	120	1.50	3.90	12.50	91	19,69
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 98/1	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0.80	0.10	20.60	86	0,60
Итого			590	14.10	18.30	72.40	512	24,65
Полдник								
ТТК № 152/1	152/1	КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	60	6.60	7.40	3.80	103	2,20
ТТК № 157/1	157/1	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	120	1.60	4.10	10.50	85	13,09
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 40/1	40/1/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0.10	0.10	7.90	33	3,00
ТТК № 146/1	146/1	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	2.60	0.60	20.00	96	0,21
ТТК № 1/1	1/1/2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	95	0.40	0.30	9.80	45	4,75
Итого			485	12.80	13.00	62.60	415	23,25
Всего				37.00	42.90	185.40	1 275	50,62

Согласовано

Заведующий

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

МЕНЮ

29 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 122/1	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8.50	9.10	2.40	142	0,52
ТТК № 22/1	22/1/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый)	20	0.60	0.70	1.00	13	1,91
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.20	1.90	14.50	84	1,89
Итого			350	12.80	12.20	28.50	292	4,32
II Завтрак								
ТТК № 29/1	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.20	3.80	16.50	81	1,35
Итого			150	4.20	3.80	16.50	81	1,35
Обед								
ТТК № 160/1	160/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0.60	2.10	7.90	53	3,48
ТТК № 134/1/1	134/1/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.70	3.80	6.90	73	13,80
ТТК № 110/1	110/1/1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	60	6.00	2.80	5.80	73	1,01
ТТК № 127/1	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1.70	3.70	16.70	107	20,77
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	113/1/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.80	0.00	19.10	83	3,00
Итого			600	15.30	13.20	80.90	508	42,06
Полдник								
ТТК № 163/1	163/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	5.70	7.50	5.50	109	1,32
ТТК № 147/1	147/1	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	120	2.40	6.90	20.40	156	28,53
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	6.20	25	0,05
ТТК № 96/1	96/1	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	3.20	2.40	17.80	106	0,14
Итого			420	12.70	17.00	59.20	440	30,04
Всего				45.00	46.20	185.10	1 321	77,77

Согласовано

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

МЕНЮ

30 октября 2026 г.

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

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
ТТК № 35/1	35/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.10	5.50	19.00	141	0,96
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	6.80	7.70	48.10	292	6,17
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 № 178/1	178/1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0.50	2.10	3.50	34	14,38
ТТК № 70/1	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1.80	5.10	11.10	95	9,62
ТТК № 67/1	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	5.60	7.10	5.40	108	24,46
ТТК № 45/1	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2.30	3.30	20.90	116	0,00
ТТК № 79/1	79/1	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0.40	1.20	1.30	18	0,14
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53	0,00
ТТК № 40/1	40/1/2	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	150	0.10	0.10	8.10	34	1,50
Итого			600	13.50	19.60	70.20	502	50,10
Полдник								
ТТК № 378/1	378/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7.70	12.80	16.00	218	51,54
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44	0,00
ТТК № 113/1	113/1/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.50	0.00	24.80	102	3,00
ТТК № 1/1	1/1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.40	0.40	9.30	45	9,50
Итого			435	9.90	13.40	59.40	409	64,04
Всего				34.60	44.50	184.00	1 280	121,51