

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий ГБДОУ детский сад № 72
Приморского района Санкт-Петербурга

/Л.Н. Чурсина/

"08" декабря 2023 г.

" УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

Ю.Ю. Костенюк/

"08" декабря 2023 г.

Цикличное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет, посещающих с 12 часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

| 1 день | | | | | | | |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 34 | 34/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 4,20 | 4,90 | 24,20 | 158,10 |
| ТТК № 15 | 15/1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,50 | 4,70 | 10,60 | 91,00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 92 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 160 | 1,80 | 1,50 | 10,40 | 65,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 355 | 9,00 | 11,60 | 55,80 | 367,70 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 76 | 76/1 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,80 | 0,20 | 15,20 | 69,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 150 | 0,80 | 0,20 | 15,20 | 69,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 50 | САЛАТ "СВЕКОЛКА" | 40 | 0,60 | 4,10 | 5,70 | 54,50 |
| ТТК № 81 | 81/1 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И ГРЕНКАМИ | 150 | 2,40 | 3,30 | 17,70 | 115,50 |
| ТТК № 87 | 87/1 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 60 | 6,00 | 4,70 | 3,00 | 94,30 |
| 2016 | 340 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 120 | 1,90 | 3,80 | 15,20 | 101,20 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 51 | 51/1 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,10 | 0,10 | 6,20 | 25,90 |
| Итого за прием пищи: | | | 540 | 12,30 | 16,20 | 57,10 | 435,60 |
| Полдник | | | | | | | |
| ТТК № 62 | 62/1 | ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 135 | 6,00 | 5,90 | 14,60 | 155,30 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 93 | 93/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 4,70 | 18,90 |
| ТТК № 96 | 96/1 | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" | 40 | 4,70 | 4,20 | 18,70 | 115,20 |
| ТТК № 1 | 1/7 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 95 | 0,40 | 0,40 | 9,30 | 44,70 |
| Итого за прием пищи: | | | 440 | 12,50 | 10,70 | 56,60 | 378,30 |
| Всего за день: | | | | 34,60 | 38,70 | 184,70 | 1 250,60 |
| 2 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 36 | 36/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 2,70 | 4,70 | 21,30 | 147,70 |
| ТТК № 16 | 16/1 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 3,90 | 3,50 | 10,60 | 89,90 |

| | | | | | | | |
|-----------------------------|-------|--|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 44 | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 160 | 2,10 | 1,50 | 12,50 | 77,90 |
| Итого за прием пищи: | | | 360 | 10,20 | 10,20 | 55,00 | 369,10 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 29 | 29/1 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 120,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 120,00 |
| Обед | | | | | | | |
| ТТК № 66 | 66/1 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 40 | 0,00 | 0,10 | 1,50 | 8,80 |
| ТТК № 100 | 100/1 | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ | 150 | 3,00 | 3,20 | 13,60 | 103,20 |
| 2016 | 164 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ | 160 | 7,80 | 8,10 | 23,30 | 190,40 |
| 2016 | 372 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 25 | 0,30 | 1,00 | 1,40 | 17,10 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 98 | 98/1 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,80 | 0,10 | 15,80 | 66,20 |
| Итого за прием пищи: | | | 545 | 13,20 | 12,70 | 64,90 | 429,90 |
| Полдник | | | | | | | |
| ТТК № 69 | 69/1 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ И МЯСА | 135 | 7,20 | 7,90 | 15,50 | 148,40 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 78 | 78/1 | СОК АБРИКОСОВЫЙ | 150 | 0,80 | 0,00 | 19,10 | 82,50 |
| ТТК № 64 | 64/1 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ | 40 | 2,00 | 1,90 | 19,20 | 87,00 |
| ТТК № 1 | 1/1 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 95 | 0,90 | 0,20 | 7,70 | 40,90 |
| Итого за прием пищи: | | | 440 | 12,20 | 10,20 | 70,80 | 403,00 |
| Всего за день: | | | | 39,80 | 36,90 | 207,20 | 1 322,00 |
| 3 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 56 | 56/1 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 130 | 8,10 | 15,20 | 3,30 | 201,90 |
| ТТК № 22 | 22/1 | ГОРОХ ОВОЩНОЙ ОТВАРНОЙ | 15 | 0,50 | 0,00 | 0,90 | 5,40 |
| ТТК № 13 | 13/1 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,60 | 0,60 | 22,60 | 101,60 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 92 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 160 | 1,80 | 1,50 | 10,40 | 65,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 365 | 13,50 | 17,80 | 47,80 | 427,50 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 38 | 38/1 | КЕФИР | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,00 | 79,50 |
| Итого за прием пищи: | | | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,00 | 79,50 |
| Обед | | | | | | | |
| ТТК № 55 | 55/1 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 40 | 0,30 | 0,00 | 0,70 | 4,00 |
| ТТК № 94 | 94/1 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ, СМЕТАНОЙ | 150 | 1,70 | 2,80 | 4,90 | 57,40 |
| ТТК № 23 | 23/1 | ГУЛЯШ | 60 | 5,10 | 12,20 | 7,50 | 112,10 |
| ТТК № 47 | 47/1 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 120 | 3,00 | 4,90 | 23,10 | 138,50 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 48 | 48/1 | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 150 | 0,10 | 0,00 | 8,10 | 33,20 |
| Итого за прием пищи: | | | 540 | 11,50 | 20,10 | 53,60 | 389,40 |
| Полдник | | | | | | | |
| ТТК № 72 | 72/1 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 60 | 6,60 | 3,20 | 3,00 | 69,00 |

| | | | | | | | |
|-----------------------------|---------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| 2016 | 362/372 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) | 120 | 2,00 | 4,10 | 11,90 | 101,20 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 90 | 90/1 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 150/10 | 0,10 | 0,00 | 5,90 | 23,60 |
| 2008 | 477 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 40 | 2,40 | 1,60 | 20,70 | 104,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 420 | 13,90 | 9,60 | 61,40 | 395,60 |
| Всего за день: | | | | 43,30 | 51,30 | 168,80 | 1 292,00 |

4 день

Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|---|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 37 | 37/1 | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" | 150 | 4,10 | 5,20 | 19,10 | 146,70 |
| ТТК № 15 | 15/1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,50 | 4,70 | 10,60 | 91,00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 93 | 93/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 160 | 0,10 | 0,00 | 5,00 | 20,10 |
| Итого за прием пищи: | | | 355 | 7,20 | 10,40 | 45,30 | 311,40 |

II Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|----------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| ТТК № 77 | 77/3 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 150 | 0,50 | 0,00 | 24,80 | 102,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 150 | 0,50 | 0,00 | 24,80 | 102,00 |

Обед

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|--|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| ТТК № 54 | 54/1 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0,30 | 0,00 | 0,80 | 4,80 |
| ТТК № 70 | 70/1 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ, СМЕТАНОЙ | 150 | 1,90 | 2,90 | 8,80 | 74,50 |
| ТТК № 68 | 68/1 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 60 | 6,00 | 3,40 | 5,30 | 81,60 |
| ТТК № 53 | 53/1 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 120 | 2,30 | 2,00 | 8,90 | 64,90 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 41 | 41/1 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,50 | 0,00 | 13,10 | 53,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 540 | 12,30 | 8,50 | 46,20 | 323,00 |

Полдник

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|----------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ТТК № 25 | 25/1 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 130 | 7,70 | 12,70 | 23,50 | 268,40 |
| ТТК № 80 | 80/3 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 20 | 0,40 | 0,80 | 2,50 | 19,40 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 99 | 99/1 | КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ | 150 | 3,10 | 2,10 | 17,90 | 103,60 |
| ТТК № 1 | 1/5 | ГРУША СВЕЖАЯ | 95 | 0,40 | 0,30 | 9,80 | 44,70 |
| ТТК № 60 | 60/1 | ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ | 20 | 1,40 | 2,60 | 14,60 | 88,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 435 | 14,50 | 19,00 | 78,90 | 577,70 |
| Всего за день: | | | | 34,50 | 37,90 | 195,20 | 1 314,10 |

5 день

Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 32 | 32/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 3,00 | 4,70 | 21,50 | 135,70 |
| ТТК № 16 | 16/2 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 5,10 | 5,00 | 10,70 | 108,10 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 97 | 97/1 | КАКАО С МОЛОКОМ | 160 | 2,60 | 2,20 | 13,00 | 85,20 |
| Итого за прием пищи: | | | 365 | 12,20 | 12,40 | 55,80 | 382,60 |

II Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|---|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ТТК № 73 | 73/1 | РЯЖЕНКА | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,30 | 81,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,30 | 81,00 |
| Обед | | | | | | | |
| ТТК № 66 | 66/1 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 40 | 0,00 | 0,10 | 1,50 | 8,80 |
| ТТК № 12 | 12/1 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 150 | 1,80 | 3,90 | 6,60 | 65,20 |
| ТТК № 59 | 59/1 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 60 | 6,00 | 9,00 | 6,80 | 94,70 |
| 2016 | 334 | РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ | 120 | 2,40 | 4,90 | 22,70 | 147,00 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 39 | 39/1 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,70 | 0,10 | 11,50 | 49,30 |
| Итого за прием пищи: | | | 540 | 12,20 | 18,20 | 58,40 | 409,20 |
| Полдник | | | | | | | |
| ТТК № 66 | 66/2 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 20 | 0,00 | 0,00 | 0,80 | 4,40 |
| ТТК № 24 | 24/1 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 130 | 7,40 | 10,20 | 16,50 | 173,20 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 92 | 92/2 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 1,70 | 1,40 | 9,90 | 61,50 |
| ТТК № 18 | 18/1 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 40 | 2,70 | 3,00 | 17,60 | 86,90 |
| ТТК № 1 | 1/3 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 95 | 0,80 | 0,20 | 7,10 | 36,10 |
| Итого за прием пищи: | | | 455 | 13,90 | 15,00 | 61,20 | 406,30 |
| Всего за день: | | | | 42,70 | 49,40 | 181,70 | 1 279,10 |
| 6 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 35 | 35/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 3,90 | 5,40 | 24,80 | 161,10 |
| ТТК № 15 | 15/1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,50 | 4,70 | 10,60 | 91,00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 44 | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 160 | 2,10 | 1,50 | 12,50 | 77,90 |
| Итого за прием пищи: | | | 355 | 9,00 | 12,10 | 58,50 | 383,60 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 29 | 29/1 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 120,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 120,00 |
| Обед | | | | | | | |
| ТТК № 20 | 20/1 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 40 | 0,50 | 4,10 | 2,70 | 49,00 |
| ТТК № 82 | 82/1 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, МЯСОМ | 150 | 1,50 | 1,70 | 8,80 | 54,20 |
| ТТК № 87 | 87/1 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 60 | 6,00 | 4,70 | 3,00 | 94,30 |
| ТТК № 52 | 52/1 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 120 | 1,80 | 2,90 | 11,70 | 71,00 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 51 | 51/1 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,10 | 0,10 | 6,20 | 25,90 |
| Итого за прием пищи: | | | 540 | 11,20 | 13,70 | 41,70 | 338,60 |
| Полдник | | | | | | | |
| ТТК № 42 | 42/1 | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ | 60 | 6,90 | 7,00 | 8,80 | 125,30 |
| ТТК № 30 | 30/1 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 110 | 2,40 | 2,40 | 14,00 | 76,00 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 77 | 77/1 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 150 | 0,50 | 0,00 | 24,80 | 102,00 |

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|----------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ТТК № 1 | 1/7 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 95 | 0,40 | 0,40 | 9,30 | 44,70 |
| ТТК № 60 | 60/1 | ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ | 20 | 1,40 | 2,60 | 14,60 | 88,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 455 | 12,90 | 12,60 | 80,80 | 480,20 |
| Всего за день: | | | | 37,30 | 42,20 | 197,50 | 1 322,40 |

7 день

Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|--------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 57 | 57/1 | ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ | 130 | 6,00 | 9,70 | 11,00 | 190,80 |
| ТТК № 66 | 66/3 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 15 | 0,00 | 0,00 | 0,60 | 3,30 |
| ТТК № 13 | 13/1 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,60 | 0,60 | 22,60 | 101,60 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 97 | 97/1 | КАКАО С МОЛОКОМ | 160 | 2,60 | 2,20 | 13,00 | 85,20 |
| Итого за прием пищи: | | | 365 | 11,70 | 13,00 | 57,80 | 434,50 |

II Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|-------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ТТК № 38 | 38/1 | КЕФИР | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,00 | 79,50 |
| Итого за прием пищи: | | | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,00 | 79,50 |

Обед

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|---|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| ТТК № 54 | 54/1 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0,30 | 0,00 | 0,80 | 4,80 |
| ТТК № 85 | 85/1 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, РЫБОЙ | 150 | 4,00 | 1,70 | 9,70 | 65,80 |
| ТТК № 43 | 43/1 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 60 | 6,80 | 6,00 | 10,20 | 136,30 |
| ТТК № 95 | 95/1 | МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 120 | 1,40 | 1,30 | 10,00 | 49,20 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 48 | 48/1 | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 150 | 0,10 | 0,00 | 8,10 | 33,20 |
| Итого за прием пищи: | | | 540 | 13,90 | 9,20 | 48,10 | 333,50 |

Полдник

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ТТК № 46 | 46/1 | МАКАРОННИК С МЯСОМ | 130 | 6,00 | 9,90 | 31,00 | 220,30 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 92 | 92/2 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 1,70 | 1,40 | 9,90 | 61,50 |
| 2008 | 477 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 40 | 2,40 | 1,60 | 20,70 | 104,00 |
| ТТК № 1 | 1/5 | ГРУША СВЕЖАЯ | 95 | 0,40 | 0,30 | 9,80 | 44,70 |
| Итого за прием пищи: | | | 435 | 11,80 | 13,40 | 80,70 | 474,70 |
| Всего за день: | | | | 41,80 | 39,40 | 192,60 | 1 322,20 |

8 день

Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 32 | 32/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 3,00 | 4,70 | 21,50 | 135,70 |
| ТТК № 17 | 17/1 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ | 35 | 3,90 | 7,60 | 10,70 | 127,30 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 92 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 160 | 1,80 | 1,50 | 10,40 | 65,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 365 | 10,20 | 14,30 | 53,20 | 381,60 |

II Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|---------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ТТК № 73 | 73/1 | РЯЖЕНКА | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,30 | 81,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,30 | 81,00 |

Обед

| | | | | | | | |
|----------|------|-----------------------------------|----|------|------|------|-------|
| ТТК № 74 | 74/1 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ | 40 | 0,20 | 2,30 | 1,70 | 28,70 |
|----------|------|-----------------------------------|----|------|------|------|-------|

| | | | | | | | |
|-----------------------------|---------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 12 | 12/1 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 150 | 1,80 | 3,90 | 6,60 | 65,20 |
| ТТК № 67 | 67/1 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | 60 | 7,80 | 6,40 | 5,20 | 95,60 |
| 2016 | 362/372 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) | 120 | 2,00 | 4,10 | 11,90 | 101,20 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 50 | 50/1 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,50 | 0,20 | 12,70 | 62,40 |
| Итого за прием пищи: | | | 540 | 13,60 | 17,10 | 47,40 | 397,30 |

Полдник

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 21 | 21/1 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 135 | 7,00 | 10,50 | 13,10 | 171,90 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 78 | 78/1 | СОК АБРИКОСОВЫЙ | 150 | 0,80 | 0,00 | 19,10 | 82,50 |
| ТТК № 64 | 64/1 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ | 40 | 2,00 | 1,90 | 19,20 | 87,00 |
| ТТК № 1 | 1/1 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 95 | 0,90 | 0,20 | 7,70 | 40,90 |
| Итого за прием пищи: | | | 440 | 12,00 | 12,80 | 68,40 | 426,50 |

| | | | | | | |
|-----------------------|--|--|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| Всего за день: | | | 40,20 | 48,00 | 175,30 | 1 286,40 |
|-----------------------|--|--|--------------|--------------|---------------|-----------------|

9 день

Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|---|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 31 | 31/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 4,50 | 5,70 | 28,90 | 155,20 |
| ТТК № 15 | 15/1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,50 | 4,70 | 10,60 | 91,00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 44 | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 160 | 2,10 | 1,50 | 12,50 | 77,90 |
| Итого за прием пищи: | | | 355 | 9,60 | 12,40 | 62,60 | 377,70 |

II Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| ТТК № 29 | 29/1 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 120,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 120,00 |

Обед

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 55 | 55/1 | ОГУРЕЦ СОЛЕНый | 40 | 0,30 | 0,00 | 0,70 | 4,00 |
| ТТК № 83 | 83/1 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ | 150 | 3,10 | 5,90 | 12,60 | 108,30 |
| ТТК № 72 | 72/1 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 60 | 6,60 | 3,20 | 3,00 | 69,00 |
| 2016 | 340 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 120 | 1,90 | 3,80 | 15,20 | 101,20 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 39 | 39/2 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,70 | 0,10 | 11,50 | 49,30 |
| Итого за прием пищи: | | | 540 | 13,90 | 13,20 | 52,30 | 376,00 |

Полдник

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|-------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 25 | 25/1 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 130 | 7,70 | 12,70 | 23,50 | 268,40 |
| ТТК № 80 | 80/1 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 0,60 | 1,20 | 3,80 | 29,50 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 92 | 92/2 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 1,70 | 1,40 | 9,90 | 61,50 |
| ТТК № 1 | 1/3 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 95 | 0,80 | 0,20 | 7,10 | 36,10 |
| Итого за прием пищи: | | | 425 | 12,30 | 16,00 | 54,90 | 449,10 |

| | | | | | | |
|-----------------------|--|--|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| Всего за день: | | | 40,00 | 45,40 | 186,30 | 1 322,80 |
|-----------------------|--|--|--------------|--------------|---------------|-----------------|

10 день

Завтрак

| | | | | | | | |
|------------------------------------|------|----------------------------------|------------|---------------|---------------|-----------------|------------------|
| ТТК № 58 | 58/1 | ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ | 130 | 6,00 | 10,00 | 5,60 | 167,20 |
| ТТК № 54 | 54/2 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 15 | 0,10 | 0,00 | 0,30 | 1,80 |
| ТТК № 13 | 13/1 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,60 | 0,60 | 22,60 | 101,60 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 92 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 160 | 1,80 | 1,50 | 10,40 | 65,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 365 | 11,00 | 12,60 | 49,50 | 389,20 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 38 | 38/1 | КЕФИР | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,00 | 79,50 |
| Итого за прием пищи: | | | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,00 | 79,50 |
| Обед | | | | | | | |
| ТТК № 66 | 66/1 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 40 | 0,00 | 0,10 | 1,50 | 8,80 |
| ТТК № 71 | 71/1 | РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 150 | 1,40 | 2,80 | 7,00 | 65,70 |
| ТТК № 88 | 88/1 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 60 | 6,50 | 8,10 | 3,70 | 122,00 |
| ТТК № 52 | 52/2 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 120 | 1,80 | 2,90 | 11,70 | 71,00 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 49 | 49/1 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 150 | 0,10 | 0,00 | 7,60 | 32,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 540 | 11,10 | 14,10 | 40,80 | 343,70 |
| Полдник | | | | | | | |
| ТТК № 54 | 54/3 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 20 | 0,10 | 0,00 | 0,40 | 2,40 |
| ТТК № 11 | 11/1 | БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) | 60 | 6,70 | 6,70 | 9,70 | 131,20 |
| 2016 | 372 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 25 | 0,30 | 1,00 | 1,40 | 16,90 |
| ТТК № 27 | 27/1 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ | 110 | 2,00 | 5,50 | 21,60 | 131,40 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 77 | 77/1 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 150 | 0,50 | 0,00 | 24,80 | 102,00 |
| ТТК № 65 | 65/1 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С ЯБЛОКАМИ | 40 | 1,20 | 1,80 | 14,50 | 77,80 |
| Итого за прием пищи: | | | 425 | 12,10 | 15,20 | 81,70 | 505,90 |
| Всего за день: | | | | 38,60 | 45,70 | 178,00 | 1 318,30 |
| Всего за 10 ДНЕЙ: | | | | 392,80 | 434,90 | 1 867,30 | 13 029,90 |
| Среднее значение за период: | | | | 39,28 | 43,49 | 186,73 | 1 302,99 |

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Сборник методических рекомендаций по использованию рецептур блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2012, 160 с.

Сборник технических нормативов. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/ под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.: ДеЛи плюс, 2016.-640с.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс,2017.-544 с.

Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина,- Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.

Сборник технических нормативов- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка-М.: ТД ДеЛи, 2022. - 245с.

Реестр Технико-технологических карт, разработанных АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.