

Согласовано

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга  
Михайленко О.Г./

**МЕНЮ**

11 февраля 2026 г.

Сад 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 | 180   | 2.90              | 4.90    | 19.50            | 134                                      | 0,53                  |
| ТТК №<br>17/1                 | 17/1                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ                         | 40    | 5.00              | 9.10    | 10.70            | 145                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>97/1                 | 97/1                | КАКАО С МОЛОКОМ                                   | 180   | 3.20              | 2.50    | 15.60            | 98                                       | 0,60                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 400   | 11.10             | 16.50   | 45.80            | 377                                      | 1,13                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>29/1                 | 29/1                | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%                       | 180   | 5.00              | 4.50    | 19.80            | 97                                       | 0,30                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 180   | 5.00              | 4.50    | 19.80            | 97                                       | 0,30                  |
| Обед                          |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>381/1                | 381/1               | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С<br>СЫРОМ              | 60    | 2.10              | 5.40    | 3.50             | 71                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>134/1/2              | 134/1/2             | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)                          | 200   | 3.60              | 4.30    | 7.80             | 84                                       | 11,00                 |
| ТТК №<br>67/1                 | 67/1                | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                       | 80    | 7.50              | 9.40    | 7.20             | 144                                      | 11,35                 |
| ТТК №<br>130/1                | 130/1               | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ                                | 140   | 2.20              | 3.10    | 18.90            | 112                                      | 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>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                       | 180   | 0.60              | 0.00    | 17.20            | 71                                       | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 710   | 19.50             | 23.00   | 79.10            | 601                                      | 22,35                 |
| Полдник                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>68/1                 | 68/1                | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                          | 80    | 6.70              | 8.50    | 4.70             | 114                                      | 0,38                  |
| ТТК №<br>53/1                 | 53/1                | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ           | 140   | 1.50              | 2.10    | 11.00            | 68                                       | 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>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)                       | 180   | 0.90              | 0.00    | 22.90            | 99                                       | 1,40                  |
| ТТК №<br>96/1                 | 96/1                | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                               | 50    | 4.00              | 3.00    | 22.20            | 132                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>1/1                  | 1/1/4               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                            | 100   | 0.40              | 0.40    | 9.80             | 47                                       | 6,00                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 590   | 16.30             | 14.70   | 90.50            | 557                                      | 13,66                 |
| Всего                         |                     |                                                   |       | 51.90             | 58.70   | 235.20           | 1 632                                    | 37,44                 |

шеф повар

Орлова И.В.

Согласовано

ГБДОУ детский сад № 14 Курортного района Санкт-Петербурга

Заведующий  
Михайленко О.Г./**МЕНЮ**

11 февраля 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                 |

шеф повар

Орлова И.В.