

Согласовано

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

# МЕНЮ

1 апреля 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>34/1                 | 34/1                | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ | 180    | 4.00              | 5.60    | 24.30            | 166                                      | 0,50                  |
| ТТК №<br>10/1                 | 10/1                | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                       | 20     | 1.50              | 0.50    | 10.60            | 53                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>90/1                 | 90/1                | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                          | 180/15 | 0.20              | 0.10    | 9.70             | 40                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>19/1                 | 19/1                | ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ                                | 20     | 0.80              | 5.40    | 12.40            | 102                                      | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                         | 415    | 6.50              | 11.60   | 57.00            | 361                                      | 0,50                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>38/1                 | 38/1                | КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%                                       | 180    | 5.20              | 4.50    | 7.20             | 90                                       | 1,49                  |
| Итого                         |                     |                                                         | 180    | 5.20              | 4.50    | 7.20             | 90                                       | 1,49                  |
| Обед                          |                     |                                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>120/1                | 120/1               | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК                                | 60     | 0.50              | 3.00    | 4.70             | 48                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>141/1                | 141/1               | СУП С МАКАРОННЫМИ<br>ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)               | 200    | 3.20              | 4.70    | 14.40            | 113                                      | 1,00                  |
| ТТК №<br>11/1                 | 11/1/2              | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)<br>(КОТЛЕТЫ)                  | 80     | 9.40              | 9.80    | 11.30            | 171                                      | 0,43                  |
| ТТК №<br>158/1                | 158/1               | РАГУ ОВОЩНОЕ (С СОУСОМ<br>СМЕТАНЫМ)                     | 140    | 1.80              | 4.60    | 14.60            | 107                                      | 61,36                 |
| 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>98/1                 | 98/1                | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                                        | 180    | 1.00              | 0.10    | 24.50            | 102                                      | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                         | 710    | 19.40             | 23.00   | 94.00            | 660                                      | 62,79                 |
| Полдник                       |                     |                                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| ТТК №<br>152/1                | 152/1               | КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"                                        | 80     | 8.80              | 9.90    | 5.00             | 137                                      | 0,00                  |
| ТТК №<br>121/1                | 121/1               | РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ                                  | 140    | 2.10              | 4.60    | 27.80            | 135                                      | 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                 | 40/11               | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ<br>(ЯБЛОК)                      | 180    | 0.10              | 0.10    | 9.50             | 40                                       | 0,00                  |
| ТТК №<br>146/1                | 146/1               | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                        | 50     | 3.30              | 0.80    | 25.00            | 120                                      | 0,10                  |
| ТТК №<br>1/1                  | 1/1/1               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)                               | 100    | 0.90              | 0.20    | 8.10             | 43                                       | 2,01                  |
| Итого                         |                     |                                                         | 570    | 16.50             | 15.80   | 84.70            | 519                                      | 2,11                  |
| Всего                         |                     |                                                         |        | 47.60             | 54.90   | 242.90           | 1 630                                    | 66,89                 |

шеф повар

Орлова И.В.

Согласовано

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

**МЕНЮ**

1 апреля 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>СМЕТАННЫМ)                    | 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                 |

шеф повар

Орлова И.В.