

Согласовано

заведующий  
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб  
/Бондаренко Виктория Алексеевна/

**МЕНЮ**  
**9 января 2024 г.**  
**Сад 12 часов**

Бондаренко  
Виктория Алексеевна

Подписано: Виктория Алексеевна Бондаренко  
Итого: 1100 ккал, 61,4 г белков, 38,5 г жиров, 218,1 г углеводов, 1530 ккал, 116,79 мг витаминов С.  
Составлено: Виктория Алексеевна Бондаренко, от Бондаренко Виктория Алексеевна  
Дата: 09.01.2024 10:00

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b> (сыр российский, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	<b>КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ</b> (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	5,1	8,1	27,9	205	0,5
	ТК№0 40	<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b> (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,7</b>	<b>17,8</b>	<b>51,5</b>	<b>351</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК В АССОРТИМЕНТЕ</b> (сок яблочный)	182	0,9	0,2	18,4	78	3,6
<b>Итого</b>			<b>182</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>18,4</b>	<b>78</b>	<b>3,6</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№0 14	<b>ПОМИДОР СВЕЖИЙ</b> (томаты грунтовые)	49	0,5	0,1	1,9	12	5
2012	82	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ</b> (картофель, макаронные изделия высш. сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, куриная грудка филе, петрушка (зелень))	200/10/1	4,8	4,6	16,8	127	6,6
2012	294	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ</b> (говяжья печень, крупа рисовая, вода питьевая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	185	24,4	8,8	21,6	287	17,2
2008	441	<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b> (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,6	0,2	22	93	72
	ТК №003	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>32,8</b>	<b>14,4</b>	<b>79</b>	<b>602</b>	<b>100,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	<b>РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ</b> (рыба треска филе, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	8,3	0,5	0,3	144	0,9
2008	335	<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,7	4,6	17,5	119	9
	ТК№0 48	<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК</b> (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,1	0,1	21,7	88	1,4
	ТК №003	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	<b>БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ</b> (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	45	3,9	0,8	23,3	117	0,09
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>16</b>	<b>6,1</b>	<b>69,2</b>	<b>499</b>	<b>11,39</b>
<b>Всего</b>				<b>61,4</b>	<b>38,5</b>	<b>218,1</b>	<b>1530</b>	<b>116,79</b>

Согласовано

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб  
\_\_\_\_\_ /Бондаренко В.А./

## МЕНЮ

10 января 2024 г.  
Сад 12 часов

Бондаренко  
Виктория Алексеевна

Личные сведения о работнике: Бондаренко Виктория Алексеевна  
28.11.1984, г.ст. Санкт-Петербург, СПб. Образование: «Среднее специальное образование» (Средняя общеобразовательная школа № 107 Центрального района Санкт-Петербурга, 1.09.2003 г.) «Специальность» Педагогическая. С 2008 г. работает в ГБДОУ детского сада № 81 Центрального района СПб. Место работы: ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб. Должность: Педагог-психолог, ст. психолог, ст. психолог-педагог.  
Адрес: \_\_\_\_\_  
Фон: \_\_\_\_\_

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	<b>БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ</b> <small>(джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)</small>	30	1,4	2,1	15,8	68	1,8
	10	<b>САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО</b> <small>(горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))</small>	45	1,4	2,4	2,7	36	1,98
2008	214	<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ</b> <small>(яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)</small>	150	15,4	21	2,9	149	0,2
	ТК№0 28	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b> <small>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)</small>	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>21</b>	<b>27,9</b>	<b>34,1</b>	<b>337</b>	<b>4,48</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	<b>ГРУША СВЕЖАЯ</b> <small>(груша)</small>	149	0,6	0,5	15,5	71	3
<b>Итого</b>			<b>149</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>15,5</b>	<b>71</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№0 15	<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b> <small>(огурцы грунтовые)</small>	49	0,4		1,3	7	2
2012	67	<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ</b> <small>(картофель, капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, петрушка (зелень))</small>	200/5/1	1,4	4,3	6	71	8,6
2012	277	<b>ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА</b> <small>(говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)</small>	70/70	21	21,2	4,3	292	0,7
2008	181	<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> <small>(крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	130	7,2	5,9	33	240	0
2012	392	<b>ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ</b> <small>(чай черный байховый, вода питьевая, варенье)</small>	180/15	0,1		8,2	34	0,2
	ТК №003	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	12	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> <small>(батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)</small>	16	1,1	0,5	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>748</b>	<b>32,2</b>	<b>32</b>	<b>66,9</b>	<b>714</b>	<b>11,5</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№0 05	<b>ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.</b> <small>(йогурт 2,5% жирности)</small>	125	2,8	2,5	4,5	57	0,3
2012	298	<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b> <small>(капуста белокачанная, говядина б/к, крупа рисовая, вода питьевая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, томатная паста, соль йодированная)</small>	195	15,6	15,7	13,9	263	19,9
	049	<b>НАПИТОК ЛИМОННЫЙ</b> <small>(лимон, вода питьевая, сахар песок)</small>	180	0,1		16,9	65	2,3
	ТК №003	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	19	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> <small>(батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)</small>	16	1,1	0,5	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>21,3</b>	<b>18,9</b>	<b>53,6</b>	<b>475</b>	<b>22,5</b>
<b>Всего</b>				<b>75,1</b>	<b>79,3</b>	<b>170,1</b>	<b>1597</b>	<b>41,48</b>

Согласовано

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб  
\_\_\_\_\_ /Бондаренко В.А./

**МЕНЮ**  
**11 января 2024 г.**  
**Сад 12 часов**

Бондаренко  
Виктория Алексеевна

Персональный кабинет Виктории Алексеевны  
Бондаренко Виктории Алексеевны  
в Государственном бюджетном образовательном учреждении  
«Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 81 Центрального района Санкт-Петербурга»  
120001, г. Санкт-Петербург, ул. Бондаренко, д. 10  
Фон: 8(813) 311 11 11, факс: 8(813) 311 11 11, e-mail: 81@psn.spb.ru  
www.81.spb.ru  
Дата: 2024.01.10 11:28:03 -0500

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	6	8	27	203	0,5
	ТК№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,8	3,2	15,6	107	0,6
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13</b>	<b>15,3</b>	<b>49,6</b>	<b>372</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	189	1	0,2	17,8	78	1,44
<b>Итого</b>			<b>189</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>17,8</b>	<b>78</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,8	7,6	6	96	3,9
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина блк, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200/10/5	4,2	6,4	8,2	110	5,4
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба треска филе, вода питьевая, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, мука пшеничная высш. сорт)	80	10,1	5,3	7	117	0,4
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь, кабачки, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, сахар песок, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,3	2,1	11,1	79	7,4
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	25	1,9	0,8	12,9	66	0
<b>Итого</b>			<b>731</b>	<b>21</b>	<b>22,4</b>	<b>64,2</b>	<b>553</b>	<b>17,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	130	23	11,8	20,9	283	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	201	6,1	4	9,9	100	1,11
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	103	0,8	0,2	7,5	38	15,2
	ТК№0 18	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт)	30	2,3	3	26	111	0
<b>Итого</b>			<b>464</b>	<b>32,2</b>	<b>19</b>	<b>64,3</b>	<b>532</b>	<b>16,51</b>
<b>Всего</b>				<b>67,2</b>	<b>56,9</b>	<b>195,9</b>	<b>1535</b>	<b>36,15</b>

Согласовано

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб  
\_\_\_\_\_ /Бондаренко В.А./

## МЕНЮ 12 января 2024 г. Сад 12 часов

Бондаренко  
Виктория Алексеевна

Информация об образовательном учреждении  
ГБДОУ «Детский сад № 81 Центрального района» СПб  
Учреждение создано на основании приказа Комитета по образованию  
Городского округа Санкт-Петербурга от 12.12.2016 № 217-Ю/03-02-01/2016-15  
1. ВЫСШЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
2. АКАДЕМИИ НАУК  
3. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
4. ДЕТСКОГО САДА  
5. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
6. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
7. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
8. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
9. Г. С. ПЕТЕРБУРГ  
10. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
11. ДЕТСКОГО САДА  
12. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
13. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
14. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
15. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
16. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
17. ДЕТСКОГО САДА  
18. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
19. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
20. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
21. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
22. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
23. ДЕТСКОГО САДА  
24. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
25. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
26. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
27. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
28. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
29. ДЕТСКОГО САДА  
30. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
31. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
32. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
33. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
34. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
35. ДЕТСКОГО САДА  
36. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
37. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
38. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
39. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
40. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
41. ДЕТСКОГО САДА  
42. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
43. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
44. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
45. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
46. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
47. ДЕТСКОГО САДА  
48. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
49. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
50. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
51. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
52. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
53. ДЕТСКОГО САДА  
54. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
55. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
56. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
57. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
58. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
59. ДЕТСКОГО САДА  
60. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
61. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
62. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
63. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
64. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
65. ДЕТСКОГО САДА  
66. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
67. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
68. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
69. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
70. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
71. ДЕТСКОГО САДА  
72. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
73. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
74. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
75. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
76. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
77. ДЕТСКОГО САДА  
78. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
79. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
80. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
81. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
82. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
83. ДЕТСКОГО САДА  
84. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
85. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
86. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
87. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
88. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
89. ДЕТСКОГО САДА  
90. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
91. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
92. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
93. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
94. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
95. ДЕТСКОГО САДА  
96. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
97. КОМПЕТЕНЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО  
98. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА  
99. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
100. ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b> <small>(сыр российский, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)</small>	35	2	3,4	8,5	81	0
2008	190	<b>КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")</b> <small>(крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)</small>	200	6,2	10	26,8	209	0,8
	TK№0 40	<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b> <small>(чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)</small>	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,4</b>	<b>16,2</b>	<b>48,9</b>	<b>367</b>	<b>1,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
	TK № 002	<b>ГРУША СВЕЖАЯ</b> <small>(груша)</small>	150	0,6	0,5	15,5	71	3
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>15,5</b>	<b>71</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ</b> <small>(свекла, масло подсолнечное рафинированное)</small>	45	0,7	2,6	1,4	41	1,71
2012	84	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ</b> <small>(картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина б.к, яйца куриные (шт.))</small>	200/20	5,6	5,4	11,9	117	6,1
2012	291	<b>ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ</b> <small>(говядина б.к, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная)</small>	200	16,3	18,1	33,7	363	16
2012	354	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ</b> <small>(сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)</small>	45	0,9	1,8	2,7	34	0
	TK№0 44	<b>КОМПОТ ИЗ КУРАГИ</b> <small>(сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)</small>	180	0,4		7	102	0,3
	TK №003	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	22	1,7	0,2	10,6	51	0
	TK №004	<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> <small>(батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)</small>	27	1,9	0,8	12,9	66	0
<b>Итого</b>			<b>739</b>	<b>27,5</b>	<b>28,9</b>	<b>80,2</b>	<b>774</b>	<b>24,11</b>
<b>Полдник</b>								
	TK№0 14	<b>ПОМИДОР СВЕЖИЙ</b> <small>(томаты грунтовые)</small>	48	0,6	0,1	1,9	12	5
2012	208	<b>МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ</b> <small>(макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)</small>	150	5,3	8,4	28,9	242	0,1
	TK№0 38	<b>ЧАЙ С ЛИМОНОМ</b> <small>(чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)</small>	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
2014	249	<b>ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ</b> <small>(мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированное)</small>	70	8,5	5,3	30,1	203	0
<b>Итого</b>			<b>461</b>	<b>14,5</b>	<b>13,8</b>	<b>69,4</b>	<b>493</b>	<b>6,2</b>
<b>Всего</b>				<b>54</b>	<b>59,4</b>	<b>214</b>	<b>1705</b>	<b>34,61</b>

Согласовано

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб  
/Бондаренко В.А./

**МЕНЮ**  
**15 января 2024 г.**  
**Сад 12 часов**

Бондаренко  
Виктория Алексеевна

Одобрено и подписано: Заведующий Викторией Алексеевной  
09.01.2024 г. в г. Санкт-Петербург, СПб. Бондаренко В.А.  
подпись: Виктория Алексеевна  
подпись: Виктория Алексеевна  
15.01.2024 г. в г. Санкт-Петербург, СПб. Бондаренко В.А.  
подпись: Виктория Алексеевна  
подпись: Виктория Алексеевна  
09.01.2024 г. в г. Санкт-Петербург, СПб. Бондаренко В.А.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	<b>БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ</b> (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеничной муки высш. сорт обог. микроэлементами)	30	1,4	2,1	15,8	68	1,8
2008	189	<b>КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ</b> (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	7,2	8,3	35	226	0,5
	ТК№0 28	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b> (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,4</b>	<b>12,8</b>	<b>63,5</b>	<b>378</b>	<b>2,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК В АССОРТИМЕНТЕ</b> (сок яблочный)	186	0,9	0,2	18,8	80	3,7
<b>Итого</b>			<b>186</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>18,8</b>	<b>80</b>	<b>3,7</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№0 15	<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b> (огурцы грунтовые)	45	0,4		1,3	7	2
2012	81	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ</b> (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, батон нарезной пшеничной муки высш. сорт обог. микроэлементами, соль йодированная)	200/10	3,6	4,5	20	147	3,1
2012	263	<b>ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ</b> (рыба треска филе, батон нарезной пшеничной муки высш. сорт обог. микроэлементами, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	75	10,9	3,9	6,1	104	0,2
2008	338	<b>ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ</b> (морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок)	130	1,8	0,1	8,5	75	8,5
	ТК№0 46	<b>КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА</b> (кисель (концентрат) на плодовых экстрактах, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	175			17,5	66	0
	ТК №003	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (батон нарезной пшеничной муки высш. сорт обог. микроэлементами)	25	1,9	0,8	12,9	66	0
<b>Итого</b>			<b>685</b>	<b>20,3</b>	<b>9,5</b>	<b>76,9</b>	<b>516</b>	<b>13,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	282	<b>КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)</b> (говядина б/к, батон нарезной пшеничной муки высш. сорт обог. микроэлементами, вода питьевая, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	12,3	11	10,4	189	0
2008	125	<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ</b> (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	2,9	2,5	19,6	99	9,2
	ТК №003	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	15	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	464	<b>СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ</b> (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	50	3,8	7,1	24,8	103	0
	ТК№0 22	<b>НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ</b> (напиток витаминизированный (концентрат), вода питьевая)	180	5,5	2	3,5	154	3
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>26,2</b>	<b>22,8</b>	<b>68,9</b>	<b>596</b>	<b>12,2</b>
<b>Всего</b>				<b>58,8</b>	<b>45,3</b>	<b>228,1</b>	<b>1570</b>	<b>32,5</b>



Согласовано

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб  
\_\_\_\_\_ /Бондаренко В.А./

**МЕНЮ**  
17 января 2024 г.  
Сад 12 часов

Бондаренко  
Виктория Алексеевна

Подписано: (подпись) \_\_\_\_\_, (подпись) Виктория Алексеевна  
Д/О №81, г.Санкт-Петербург, 3-й Санкт-Петербургский район, м.Пискаревский,  
ул.Пискаревский проспект, д.21/22, кв.10  
ИНФОРМАЦИОННО-МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, 123023, БЕЛЫЙ ГОРОД, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ, 123023, Т. (812) 270-02-02, ФАКС (812) 270-02-02, ЭЛЕКТРОННЫЙ АДРЕС: info@center-81.ru, www.center-81.ru  
Лицензия  
Дата: 2024.01.16 11:06:08 +0700

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	6	8	27	203	0,5
	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,6</b>	<b>17,7</b>	<b>50,6</b>	<b>349</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	170	0,8	0,2	17,2	73	3,4
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>17,2</b>	<b>73</b>	<b>3,4</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	51	0,4		1,3	7	2
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куриная грудка филе, сметана 15% жирности, соль йодированная, петрушка (зелень))	215	4,1	5	12,3	112	6,6
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	85	19,1	9,9	2,8	198	14,5
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (картофель, морковь, лук репчатый, репа, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,4	6,9	13,4	125	9,2
	ТК№0 46	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180			18	68	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	30	2	0,2	12,7	61	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	25	1,9	0,8	12,9	66	0
<b>Итого</b>			<b>736</b>	<b>29,9</b>	<b>22,8</b>	<b>73,4</b>	<b>637</b>	<b>32,3</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	100	17,7	9	16,1	221	0,2
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, ванилин)	50	0,9	2,4	6,8	53	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	201	6,1	4	9,9	100	1,11
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	60	4,4	7,1	28,8	132	0
<b>Итого</b>			<b>511</b>	<b>29,9</b>	<b>22,7</b>	<b>69,1</b>	<b>544</b>	<b>16,61</b>
<b>Всего</b>				<b>73,2</b>	<b>63,4</b>	<b>210,3</b>	<b>1603</b>	<b>53,31</b>

Согласовано

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб  
\_\_\_\_\_ /Бондаренко В.А./

**МЕНЮ**  
**18 января 2024 г.**  
**Сад 12 часов**

Бондаренко  
Виктория Алексеевна

Карточка-меню разработана в соответствии с требованиями СанПиН 2.3.1.24.88-2018 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим питание в дошкольных образовательных организациях», в соответствии с требованиями СанПиН 2.3.1.24.88-2018 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим питание в дошкольных образовательных организациях», в соответствии с требованиями СанПиН 2.3.1.24.88-2018 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим питание в дошкольных образовательных организациях».

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	35	3,8	4,8	8,2	73	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	6,7	9,7	24,4	211	0,5
	ТК№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>13,3</b>	<b>16,9</b>	<b>45,3</b>	<b>368</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№0 20	БАНАН СВЕЖИЙ (банан)	88	1,5	0,5	21	96	4,02
<b>Итого</b>			<b>88</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21</b>	<b>96</b>	<b>4,02</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,4		0,9	7	1
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина бл/к, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200/10/5	4,4	6,5	8,3	111	5,6
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (рыба треска филе, вода питьевая, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	85	17,4	0,7	0,5	77	0,6
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	20	0,3	1	1,2	15	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	3,2	5	21,3	147	10,3
	ТК№0 38	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	32	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)	24	1,5	0,6	10,3	52	0
<b>Итого</b>			<b>769</b>	<b>29</b>	<b>14</b>	<b>61,6</b>	<b>496</b>	<b>18,6</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№0 05	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. (йогурт 2,5% жирности)	105	2,8	2,5	4,5	57	0,3
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина бл/к, крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, томатная паста)	180	13,9	13,7	12,7	234	18,2
	ТК№0 47	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (груша, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,1	0,1	21,7	88	0,7
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	19	1	0,1	6,4	31	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), петрушка (зелень))	75	3,5	9	36,3	201	5,6
<b>Итого</b>			<b>559</b>	<b>21,3</b>	<b>25,4</b>	<b>81,6</b>	<b>611</b>	<b>24,8</b>
<b>Всего</b>				<b>65,1</b>	<b>56,8</b>	<b>209,5</b>	<b>1571</b>	<b>48,42</b>





**МЕНЮ**  
22 января 2024 г.

Сад 12 часов

Бондаренко  
Виктория  
Алексеевна

Подпись (подпись) и печать (подпись) Виктории Алексеевны  
28.01.2024 г. в г. Санкт-Петербург, в Сад № 81 Центрального района СПб  
и Государственного бюджетного учреждения «Центральный районный  
детский сад № 81» Коммунального имущества  
Центрального района Санкт-Петербурга.  
1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20. 21. 22. 23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30. 31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38. 39. 40. 41. 42. 43. 44. 45. 46. 47. 48. 49. 50. 51. 52. 53. 54. 55. 56. 57. 58. 59. 60. 61. 62. 63. 64. 65. 66. 67. 68. 69. 70. 71. 72. 73. 74. 75. 76. 77. 78. 79. 80. 81. 82. 83. 84. 85. 86. 87. 88. 89. 90. 91. 92. 93. 94. 95. 96. 97. 98. 99. 100. 101. 102. 103. 104. 105. 106. 107. 108. 109. 110. 111. 112. 113. 114. 115. 116. 117. 118. 119. 120. 121. 122. 123. 124. 125. 126. 127. 128. 129. 130. 131. 132. 133. 134. 135. 136. 137. 138. 139. 140. 141. 142. 143. 144. 145. 146. 147. 148. 149. 150. 151. 152. 153. 154. 155. 156. 157. 158. 159. 160. 161. 162. 163. 164. 165. 166. 167. 168. 169. 170. 171. 172. 173. 174. 175. 176. 177. 178. 179. 180. 181. 182. 183. 184. 185. 186. 187. 188. 189. 190. 191. 192. 193. 194. 195. 196. 197. 198. 199. 200. 201. 202. 203. 204. 205. 206. 207. 208. 209. 210. 211. 212. 213. 214. 215. 216. 217. 218. 219. 220. 221. 222. 223. 224. 225. 226. 227. 228. 229. 230. 231. 232. 233. 234. 235. 236. 237. 238. 239. 240. 241. 242. 243. 244. 245. 246. 247. 248. 249. 250. 251. 252. 253. 254. 255. 256. 257. 258. 259. 260. 261. 262. 263. 264. 265. 266. 267. 268. 269. 270. 271. 272. 273. 274. 275. 276. 277. 278. 279. 280. 281. 282. 283. 284. 285. 286. 287. 288. 289. 290. 291. 292. 293. 294. 295. 296. 297. 298. 299. 300. 301. 302. 303. 304. 305. 306. 307. 308. 309. 310. 311. 312. 313. 314. 315. 316. 317. 318. 319. 320. 321. 322. 323. 324. 325. 326. 327. 328. 329. 330. 331. 332. 333. 334. 335. 336. 337. 338. 339. 340. 341. 342. 343. 344. 345. 346. 347. 348. 349. 350. 351. 352. 353. 354. 355. 356. 357. 358. 359. 360. 361. 362. 363. 364. 365. 366. 367. 368. 369. 370. 371. 372. 373. 374. 375. 376. 377. 378. 379. 380. 381. 382. 383. 384. 385. 386. 387. 388. 389. 390. 391. 392. 393. 394. 395. 396. 397. 398. 399. 400. 401. 402. 403. 404. 405. 406. 407. 408. 409. 410. 411. 412. 413. 414. 415. 416. 417. 418. 419. 420. 421. 422. 423. 424. 425. 426. 427. 428. 429. 430. 431. 432. 433. 434. 435. 436. 437. 438. 439. 440. 441. 442. 443. 444. 445. 446. 447. 448. 449. 450. 451. 452. 453. 454. 455. 456. 457. 458. 459. 460. 461. 462. 463. 464. 465. 466. 467. 468. 469. 470. 471. 472. 473. 474. 475. 476. 477. 478. 479. 480. 481. 482. 483. 484. 485. 486. 487. 488. 489. 490. 491. 492. 493. 494. 495. 496. 497. 498. 499. 500. 501. 502. 503. 504. 505. 506. 507. 508. 509. 510. 511. 512. 513. 514. 515. 516. 517. 518. 519. 520. 521. 522. 523. 524. 525. 526. 527. 528. 529. 530. 531. 532. 533. 534. 535. 536. 537. 538. 539. 540. 541. 542. 543. 544. 545. 546. 547. 548. 549. 550. 551. 552. 553. 554. 555. 556. 557. 558. 559. 560. 561. 562. 563. 564. 565. 566. 567. 568. 569. 570. 571. 572. 573. 574. 575. 576. 577. 578. 579. 580. 581. 582. 583. 584. 585. 586. 587. 588. 589. 590. 591. 592. 593. 594. 595. 596. 597. 598. 599. 600. 601. 602. 603. 604. 605. 606. 607. 608. 609. 610. 611. 612. 613. 614. 615. 616. 617. 618. 619. 620. 621. 622. 623. 624. 625. 626. 627. 628. 629. 630. 631. 632. 633. 634. 635. 636. 637. 638. 639. 640. 641. 642. 643. 644. 645. 646. 647. 648. 649. 650. 651. 652. 653. 654. 655. 656. 657. 658. 659. 660. 661. 662. 663. 664. 665. 666. 667. 668. 669. 670. 671. 672. 673. 674. 675. 676. 677. 678. 679. 680. 681. 682. 683. 684. 685. 686. 687. 688. 689. 690. 691. 692. 693. 694. 695. 696. 697. 698. 699. 700. 701. 702. 703. 704. 705. 706. 707. 708. 709. 710. 711. 712. 713. 714. 715. 716. 717. 718. 719. 720. 721. 722. 723. 724. 725. 726. 727. 728. 729. 730. 731. 732. 733. 734. 735. 736. 737. 738. 739. 740. 741. 742. 743. 744. 745. 746. 747. 748. 749. 750. 751. 752. 753. 754. 755. 756. 757. 758. 759. 760. 761. 762. 763. 764. 765. 766. 767. 768. 769. 770. 771. 772. 773. 774. 775. 776. 777. 778. 779. 780. 781. 782. 783. 784. 785. 786. 787. 788. 789. 790. 791. 792. 793. 794. 795. 796. 797. 798. 799. 800. 801. 802. 803. 804. 805. 806. 807. 808. 809. 810. 811. 812. 813. 814. 815. 816. 817. 818. 819. 820. 821. 822. 823. 824. 825. 826. 827. 828. 829. 830. 831. 832. 833. 834. 835. 836. 837. 838. 839. 840. 841. 842. 843. 844. 845. 846. 847. 848. 849. 850. 851. 852. 853. 854. 855. 856. 857. 858. 859. 860. 861. 862. 863. 864. 865. 866. 867. 868. 869. 870. 871. 872. 873. 874. 875. 876. 877. 878. 879. 880. 881. 882. 883. 884. 885. 886. 887. 888. 889. 890. 891. 892. 893. 894. 895. 896. 897. 898. 899. 900. 901. 902. 903. 904. 905. 906. 907. 908. 909. 910. 911. 912. 913. 914. 915. 916. 917. 918. 919. 920. 921. 922. 923. 924. 925. 926. 927. 928. 929. 930. 931. 932. 933. 934. 935. 936. 937. 938. 939. 940. 941. 942. 943. 944. 945. 946. 947. 948. 949. 950. 951. 952. 953. 954. 955. 956. 957. 958. 959. 960. 961. 962. 963. 964. 965. 966. 967. 968. 969. 970. 971. 972. 973. 974. 975. 976. 977. 978. 979. 980. 981. 982. 983. 984. 985. 986. 987. 988. 989. 990. 991. 992. 993. 994. 995. 996. 997. 998. 999. 1000.

| Сборник рецептов  | № техн. карты | Наименование блюда  | Выход      | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |   |            | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
| 2012              | 1             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микроэлементами)   | 30         | 3,2               | 4,1         | 7            | 62                            | 0             |
| 2008              | 189           | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ<br>(крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)   | 205        | 7,2               | 8,3         | 35           | 262                           | 0,5           |
|                   | ТК№038        | ЧАЙ С ЛИМОНОМ<br>(чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)   | 180/6/7    | 0,1               |             | 8,5          | 36                            | 1,1           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>428</b> | <b>10,5</b>       | <b>12,4</b> | <b>50,5</b>  | <b>360</b>                    | <b>1,6</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
|                   |               | МАНДАРИН СВЕЖИЙ<br>(мандарин)   | 86         | 0,8               | 0,2         | 7,5          | 38                            | 15,2          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>86</b>  | <b>0,8</b>        | <b>0,2</b>  | <b>7,5</b>   | <b>38</b>                     | <b>15,2</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
|                   | ТК№017        | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ<br>(огурцы соленые)  | 50         | 0,4               |             | 0,9          | 7                             | 1             |
| 2012              | 85            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), куриная грудка филе, петрушка (зелень)) | 220        | 4                 | 4,7         | 7,6          | 89                            | 3,3           |
| 2012              | 268           | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ<br>(рыба треска филе, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)   | 80         | 12,6              | 11,8        | 3,6          | 170                           | 0,4           |
| 2012              | 322           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ<br>(картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)   | 150        | 3                 | 4,8         | 19,5         | 134                           | 9             |
|                   | ТК№039        | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>(яблоки, вода питьевая, сахар песок)  | 180        | 0,1               | 0,1         | 23,6         | 97                            | 0,9           |
|                   | ТК№003        | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)  | 25         | 1,7               | 0,2         | 10,6         | 51                            | 0             |
|                   | ТК№004        | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микроэлементами)  | 20         | 1,5               | 0,6         | 10,3         | 52                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>725</b> | <b>23,3</b>       | <b>22,2</b> | <b>76,1</b>  | <b>600</b>                    | <b>14,6</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
| 2012              | 304           | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ<br>(куриная грудка филе, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная, вода питьевая)   | 200        | 21                | 25,5        | 33,2         | 447                           | 1,4           |
|                   | ТК№003        | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)  | 25         | 1,7               | 0,2         | 10,6         | 51                            | 0             |
|                   | ТК№022        | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ<br>(напиток витаминизированный (концентрат), вода питьевая)  | 180        | 5,5               | 2           | 3,5          |                               | 3             |
| 2008              | 479           | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"<br>(мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, творог 5,0% жирности, дрожжи, соль йодированная, ванилин, масло подсолнечное рафинированное)  | 60         | 6                 | 3,7         | 17,5         | 127                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>465</b> | <b>34,2</b>       | <b>31,4</b> | <b>64,8</b>  | <b>625</b>                    | <b>4,4</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>68,8</b>       | <b>66,2</b> | <b>198,9</b> | <b>1623</b>                   | <b>35,8</b>   |



Согласовано

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб  
\_\_\_\_\_ /Бондаренко В.А./

## МЕНЮ

24 января 2024 г.  
Сад 12 часов

Бондаренко  
Виктория Алексеевна

Подписано цифровой подписью Бондаренко Виктории Алексеевны  
DN: cn=Бондаренко Виктория Алексеевна, o=Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 81 Центрального района Центрального района Санкт-Петербурга, c=RU, email=bon@81.spb.gov.ru, postal=Бондаренко Виктория Алексеевна, cn=Бондаренко Виктория Алексеевна  
Дата: 2024.01.23 11:26:07 +0300

| Сборник рецептов  | № техн. карты | Наименование блюда  | Выход      | Химический состав |             |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |   |            | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |             |             |                               |               |
| 2012              | 1             | <b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b><br>(масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)  | 30         | 3,2               | 4,1         | 7           | 62                            | 0             |
| 2008              | 189           | <b>КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ</b><br>(крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)   | 205        | 6                 | 8           | 27          | 203                           | 0,5           |
|                   | ТК№043        | <b>КАКАО С МОЛОКОМ</b><br>(какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)   | 180        | 3,8               | 3,2         | 15,6        | 107                           | 0,6           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>415</b> | <b>13</b>         | <b>15,3</b> | <b>49,6</b> | <b>372</b>                    | <b>1,1</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |             |             |                               |               |
| 2008              | 442           | <b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b><br>(сок яблочный)   | 179        | 1                 | 0,2         | 17,8        | 78                            | 1,44          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>179</b> | <b>1</b>          | <b>0,2</b>  | <b>17,8</b> | <b>78</b>                     | <b>1,44</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |             |             |                               |               |
| 2008              | 43            | <b>САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ</b><br>(картофель, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)   | 50         | 0,8               | 7,6         | 6           | 96                            | 3,9           |
| 2012              | 57            | <b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ</b><br>(свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к, сметана 15% жирности, соль йодированная) | 200/10/5   | 4,1               | 6,3         | 8           | 108                           | 5             |
| 2012              | 269           | <b>ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ</b><br>(рыба треска филе, вода питьевая, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, мука пшеничная высш. сорт)     | 80         | 10                | 5,6         | 6,1         | 115                           | 0,4           |
| 2008              | 129           | <b>ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ</b><br>(морковь, репа, горошек зеленый консервы, капуста белокачанная, сахар песок, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)  | 145        | 2,4               | 1,9         | 9,5         | 65                            | 5,72          |
| 2012              | 392           | <b>ЧАЙ С САХАРОМ</b><br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)   | 180/6      |                   |             | 8,4         | 34                            | 0             |
|                   | ТК №003       | <b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b><br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)   | 25         | 1,7               | 0,2         | 10,6        | 51                            | 0             |
|                   | ТК №004       | <b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b><br>(батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)   | 25         | 1,9               | 0,8         | 12,9        | 66                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>726</b> | <b>20,9</b>       | <b>22,4</b> | <b>61,5</b> | <b>535</b>                    | <b>15,02</b>  |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |             |             |                               |               |
| 2008              | 224           | <b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b><br>(творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)   | 130        | 23                | 11,8        | 20,9        | 283                           | 0,2           |
| 2008              | 434           | <b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b><br>(молоко пастер. 2,5% жирности)   | 201        | 6,1               | 4           | 9,9         | 100                           | 1,11          |
| 2008              |               | <b>ГРУША</b><br>(груша)   | 100        | 0,4               | 0,3         | 10,3        | 47                            | 5             |
|                   | ТК№018        | <b>ПЕЧЕНЬЕ</b><br>(печенье сахарное мука высш. сорт)  | 30         | 2,3               | 3           | 26          | 111                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>461</b> | <b>31,8</b>       | <b>19,1</b> | <b>67,1</b> | <b>541</b>                    | <b>6,31</b>   |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>66,7</b>       | <b>57</b>   | <b>196</b>  | <b>1526</b>                   | <b>23,87</b>  |



Согласовано

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб

/Бондаренко В.А./

# МЕНЮ

26 января 2024 г.  
Сад 12 часов

Бондаренко  
Виктория Алексеевна

Подписано цифровой подписью: Бондаренко Виктория Алексеевна  
DN: cn=В.А. Бондаренко, o=ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб, ou=ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб, email=bon@81spb.ru, c=RU  
Дата: 2024.01.25 10:49:10 +0300

| Сборник рецептов  | № техн. карты | Наименование блюда  | Выход      | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |   |            | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
| 2012              | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ<br>(сыр российский, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)  | 40         | 2,3               | 3,9         | 9,7          | 92                            | 0             |
| 2008              | 190           | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")<br>(крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)  | 200        | 6,2               | 10          | 26,8         | 209                           | 0,8           |
|                   | ТК№0 40       | ЧАЙ С МОЛОКОМ<br>(чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)  | 180        | 3,2               | 2,8         | 13,6         | 77                            | 0,5           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>420</b> | <b>11,7</b>       | <b>16,7</b> | <b>50,1</b>  | <b>378</b>                    | <b>1,3</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
|                   | ТК № 002      | ГРУША СВЕЖАЯ<br>(груша)   | 150        | 0,6               | 0,5         | 15,5         | 71                            | 3             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>150</b> | <b>0,6</b>        | <b>0,5</b>  | <b>15,5</b>  | <b>71</b>                     | <b>3</b>      |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
| 2012              | 33            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ<br>(свекла, масло подсолнечное рафинированное)  | 50         | 0,8               | 2,9         | 1,5          | 46                            | 1,9           |
| 2012              | 84            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к, яйца куриные (шт.))                             | 200/20     | 5,7               | 5,4         | 11,9         | 118                           | 6,1           |
| 2012              | 291           | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ<br>(говядина б/к, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная)  | 200        | 16,5              | 18,2        | 33,7         | 365                           | 16            |
| 2012              | 354           | СОУС СМЕТАННЫЙ<br>(сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)   | 50         | 1                 | 2           | 3            | 37                            | 0             |
|                   | ТК№0 44       | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ<br>(сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)  | 180        | 0,4               |             | 7            | 102                           | 0,3           |
|                   | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)  | 22         | 1,7               | 0,2         | 10,6         | 51                            | 0             |
|                   | ТК №004       | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)  | 24         | 1,9               | 0,8         | 12,9         | 66                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>746</b> | <b>28</b>         | <b>29,5</b> | <b>80,6</b>  | <b>785</b>                    | <b>24,3</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
|                   | ТК№0 14       | ПОМИДОР СВЕЖИЙ<br>(томаты грунтовые)  | 46         | 0,6               | 0,1         | 1,9          | 12                            | 5             |
| 2012              | 208           | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ<br>(макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)                         | 150        | 5,3               | 8,4         | 28,9         | 242                           | 0,1           |
|                   | ТК№0 38       | ЧАЙ С ЛИМОНОМ<br>(чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)   | 180/6/7    | 0,1               |             | 8,5          | 36                            | 1,1           |
| 2014              | 249           | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ<br>(мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированное) | 70         | 8,5               | 5,3         | 30,1         | 203                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>459</b> | <b>14,5</b>       | <b>13,8</b> | <b>69,4</b>  | <b>493</b>                    | <b>6,2</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>54,8</b>       | <b>60,5</b> | <b>215,6</b> | <b>1727</b>                   | <b>34,8</b>   |

Согласовано

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб  
/Бондаренко В.А./

**МЕНЮ**  
**29 января 2024 г.**  
**Сад 12 часов**

Бондаренко  
Виктория Алексеевна

Получено цифровой подписью Бондаренко Виктории Алексеевны  
09.01.2024 г. от Виктории Алексеевны Бондаренко, ИПС Бондаренко Виктория Алексеевна,  
подписавшейся в качестве специалиста, ответственного за достоверность  
предоставляемой информации, в качестве руководителя Центра дошкольного  
образования № 81 Центрального района СПб. Сведения об этом человеке:  
1. ФИО Б.А. В.А. Бондаренко Виктория Алексеевна. 2. Должность: Бондаренко Виктория Алексеевна.  
3. Место работы: ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб. 4. Место жительства: г. Санкт-Петербург.  
5. Контактный телефон: 8 (812) 317-17-10.  
6. Подпись: Бондаренко Виктория Алексеевна, 09.01.2024 г.  
Дата: 2024.01.29 09:47:47

| Сборник рецептов  | № техн. карты | Наименование блюда  | Выход       | Химический состав |              |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|-------------|-------------------|--------------|-------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |   |             | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |             |                   |              |             |                               |               |
| 2012              | 2             | <b>БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ</b><br>(джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микроэлементами)  | 30          | 1,4               | 2,1          | 15,8        | 68                            | 1,8           |
| 2008              | 189           | <b>КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ</b><br>(пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)  | 205         | 7,2               | 8,3          | 35          | 226                           | 0,5           |
|                   | ТК№028        | <b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b><br>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)   | 180         | 2,8               | 2,4          | 12,7        | 84                            | 0,5           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>415</b>  | <b>11,4</b>       | <b>12,8</b>  | <b>63,5</b> | <b>378</b>                    | <b>2,8</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |             |                   |              |             |                               |               |
| 2008              | 442           | <b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b><br>(сок яблочный)   | 179         | 0,9               | 0,2          | 18          | 77                            | 3,6           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>179</b>  | <b>0,9</b>        | <b>0,2</b>   | <b>18</b>   | <b>77</b>                     | <b>3,6</b>    |
| <b>Обед</b>       |               |   |             |                   |              |             |                               |               |
|                   | ТК№015        | <b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b><br>(огурцы грунтовые)  | 48          | 0,4               |              | 1,3         | 7                             | 2             |
| 2012              | 81            | <b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ</b><br>(картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микроэлементами, соль йодированная)               | 200/10      | 3,6               | 4,5          | 20          | 147                           | 3,1           |
| 2012              | 263           | <b>ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ</b><br>(рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микроэлементами, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)                                     | 80          | 11,2              | 4            | 6           | 105                           | 0,2           |
| 2008              | 338           | <b>ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ</b><br>(морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокачанная, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок) | 130         | 1,8               | 0,1          | 8,5         | 75                            | 8,5           |
|                   | ТК№042        | <b>КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК</b><br>(яблоки, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)  | 180         | 0,1               | 0,1          | 22,7        | 105                           | 1,1           |
|                   | ТК №003       | <b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b><br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)   | 25          | 1,7               | 0,2          | 10,6        | 51                            | 0             |
|                   | ТК №004       | <b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b><br>(батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микроэлементами)   | 25          | 1,9               | 0,8          | 12,9        | 66                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>698</b>  | <b>20,7</b>       | <b>9,7</b>   | <b>82</b>   | <b>556</b>                    | <b>14,9</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |   |             |                   |              |             |                               |               |
| 2012              | 282           | <b>КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)</b><br>(говядина блк, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микроэлементами, вода питьевая, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)                                | 70          | 12,3              | 11           | 10,3        | 188                           | 0             |
| 2008              | 125           | <b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ</b><br>(картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)  | 150         | 2,9               | 2,5          | 19,6        | 99                            | 9,2           |
|                   | ТК №003       | <b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b><br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)   | 15          | 1,7               | 0,2          | 10,6        | 51                            | 0             |
| 2008              | 464           | <b>СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ</b><br>(мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)  | 50          | 3,8               | 7,1          | 24,8        | 103                           | 0             |
|                   | ТК№022        | <b>НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ</b><br>(напиток витаминизированный (концентрат), вода питьевая)   | 180         | 5,5               | 2            | 3,5         | 154                           | 3             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>465</b>  | <b>26,2</b>       | <b>22,8</b>  | <b>68,8</b> | <b>595</b>                    | <b>12,2</b>   |
| <b>Всего</b>      |               |   | <b>59,2</b> | <b>45,5</b>       | <b>232,3</b> | <b>1606</b> | <b>33,5</b>                   |               |

Согласовано

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб  
/Бондаренко В.А./

**МЕНЮ**  
**30 января 2024 г.**  
**Сад 12 часов**

Бондаренко  
Виктория Алексеевна

Получено одобрений от: Бондаренко Виктория Алексеевна  
08.01.2024, в/д Гусева Ольга Николаевна  
08.01.2024, в/д Гусева Ольга Николаевна  
08.01.2024, в/д Гусева Ольга Николаевна  
08.01.2024, в/д Гусева Ольга Николаевна  
08.01.2024, в/д Гусева Ольга Николаевна  
08.01.2024, в/д Гусева Ольга Николаевна  
08.01.2024, в/д Гусева Ольга Николаевна  
08.01.2024, в/д Гусева Ольга Николаевна  
08.01.2024, в/д Гусева Ольга Николаевна  
08.01.2024, в/д Гусева Ольга Николаевна  
Дата: 2024.01.29 10:40:17

| Сборник рецептов  | № техн. карты | Наименование блюда  | Выход      | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |   |            | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
| 2012              | 1             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(масло сливочно-сливочное несоленое, батон нарезной пшеничной муки высшего сорта обог. микроэлементами)   | 30         | 3,2               | 4,1         | 7            | 62                            | 0             |
|                   | 10            | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО<br>(горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))  | 50         | 1,5               | 2,7         | 3            | 41                            | 2,2           |
| 2008              | 214           | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ<br>(яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)   | 150        | 15,4              | 21          | 2,9          | 149                           | 0,2           |
|                   | ТК№043        | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)  | 180        | 3,8               | 3,2         | 15,6         | 107                           | 0,6           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>410</b> | <b>23,9</b>       | <b>31</b>   | <b>28,5</b>  | <b>359</b>                    | <b>3</b>      |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
|                   | ТК № 002      | ГРУША СВЕЖАЯ<br>(груша)   | 152        | 0,6               | 0,5         | 15,5         | 71                            | 3             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>152</b> | <b>0,6</b>        | <b>0,5</b>  | <b>15,5</b>  | <b>71</b>                     | <b>3</b>      |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
| 2012              | 40            | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК<br>(морковь, яблоки, масло подсолнечное рафинированное)  | 55         | 0,5               | 0,1         | 4,3          | 45                            | 1,65          |
| 2012              | 76            | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ<br>(картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к, сметана 15% жирности)                                      | 200/10/5   | 4,3               | 6,6         | 11,3         | 125                           | 4,4           |
| 2012              | 305           | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ<br>(куриная грудка филе, батон нарезной пшеничной муки высшего сорта обог. микроэлементами, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная) | 70         | 13,1              | 2,8         | 10,9         | 120                           | 0,5           |
| 2012              | 324           | ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ<br>(свекла, масло сливочно-сливочное несоленое, сахар песок)   | 150        | 2,4               | 5,6         | 15,6         | 122                           | 6,6           |
|                   | ТК№045        | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА<br>(виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)  | 180        | 0,4               |             | 7            | 102                           | 0             |
|                   | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)  | 25         | 1,7               | 0,2         | 10,6         | 51                            | 0             |
|                   | ТК №004       | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(батон нарезной пшеничной муки высшего сорта обог. микроэлементами)  | 25         | 1,9               | 0,8         | 12,9         | 66                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>720</b> | <b>24,3</b>       | <b>16,1</b> | <b>72,6</b>  | <b>631</b>                    | <b>13,15</b>  |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |               |
|                   | ТК№005        | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.<br>(йогурт 2,5% жирности)  | 125        | 2,8               | 2,5         | 4,5          | 57                            | 0,3           |
| 2008              | 213           | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ<br>(яйца куриные (шт.))  | 40         | 4,9               | 4,5         | 0,3          | 61                            | 0             |
| 2008              | 129           | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ<br>(морковь, репа, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, сахар песок, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)  | 145        | 2,1               | 1,9         | 9,5          | 85                            | 5,72          |
|                   | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)  | 25         | 1,7               | 0,2         | 10,6         | 51                            | 0             |
|                   | ТК№018        | ПЕЧЕНЬЕ<br>(печенье сахарное мука высшего сорта)  | 50         | 3,8               | 5           | 43,2         | 223                           | 0             |
| 2012              | 392           | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ<br>(чай черный байховый, вода питьевая, варенье)   | 180/15     | 0,1               |             | 8,2          | 34                            | 0,2           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>580</b> | <b>15,4</b>       | <b>14,1</b> | <b>76,3</b>  | <b>511</b>                    | <b>6,22</b>   |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>64,2</b>       | <b>61,7</b> | <b>192,9</b> | <b>1572</b>                   | <b>25,37</b>  |



Согласовано

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 81 Центрального района СПб  
\_\_\_\_\_ /Бондаренко В.А./

**МЕНЮ**  
**31 января 2024 г.**  
**Сад 12 часов**

Бондаренко  
Виктория Алексеевна

Получено цифровой подписью Виктории Алексеевны  
Бондаренко Виктории Алексеевны  
ИП: 7403023003  
ИНН: 7803023003  
ОГРН: 5027403003003  
Дата: 2024.01.31 09:45:01 -0500

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда  | Выход      | Химический состав |             |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |   |            | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |             |             |                               |               |
| 2012              | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ<br><small>(сыр российский, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)</small>   | 30         | 3,4               | 6,9         | 10          | 69                            | 0             |
| 2008              | 189           | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ<br><small>(крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>   | 205        | 6                 | 8           | 27          | 203                           | 0,5           |
|                   | ТК№040        | ЧАЙ С МОЛОКОМ<br><small>(чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)</small>   | 180        | 3,2               | 2,8         | 13,6        | 77                            | 0,5           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>415</b> | <b>12,6</b>       | <b>17,7</b> | <b>50,6</b> | <b>349</b>                    | <b>1</b>      |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |             |             |                               |               |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ<br><small>(сок яблочный)</small>   | 179        | 0,9               | 0,2         | 18          | 77                            | 3,6           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>179</b> | <b>0,9</b>        | <b>0,2</b>  | <b>18</b>   | <b>77</b>                     | <b>3,6</b>    |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |             |             |                               |               |
|                   | ТК№015        | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ<br><small>(огурцы грунтовые)</small>  | 49         | 0,4               |             | 1,3         | 7                             | 2             |
| 2012              | 77            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ<br><small>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куриная грудка филе, сметана 15% жирности, соль йодированная, петрушка (зелень))</small> | 215        | 4,3               | 5,1         | 12,3        | 114                           | 6,6           |
| 2012              | 34            | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ<br><small>(говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)</small>   | 80         | 18,4              | 9,2         | 2,7         | 189                           | 14,4          |
| 2012              | 344           | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)<br><small>(картофель, морковь, лук репчатый, репа, капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)</small>              | 150        | 2,4               | 6,9         | 13,4        | 125                           | 9,2           |
|                   | ТК№046        | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА<br><small>(кипель (концентрат) на фруктовых экстрактах, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)</small>   | 180        |                   |             | 18          | 68                            | 0             |
|                   | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br><small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)</small>   | 30         | 2                 | 0,2         | 12,7        | 61                            | 0             |
|                   | ТК №004       | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ<br><small>(батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)</small>   | 25         | 1,9               | 0,8         | 12,9        | 66                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>729</b> | <b>29,4</b>       | <b>22,2</b> | <b>73,3</b> | <b>630</b>                    | <b>32,2</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |             |             |                               |               |
| 2012              | 237           | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА<br><small>(творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)</small>                                 | 95         | 16,8              | 8,6         | 15,3        | 210                           | 0,19          |
| 2008              | 367           | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)<br><small>(молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, ванилин)</small>   | 50         | 1                 | 2,4         | 6,6         | 53                            | 0,1           |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br><small>(молоко пастер. 2,5% жирности)</small>   | 201        | 6,1               | 4           | 9,9         | 100                           | 1,11          |
|                   |               | МАНДАРИН СВЕЖИЙ<br><small>(мандарины)</small>   | 100        | 0,8               | 0,2         | 7,5         | 38                            | 15,2          |
| 2008              | 467           | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ<br><small>(мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)</small>                                | 60         | 4,4               | 7,1         | 28,8        | 132                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>506</b> | <b>29,1</b>       | <b>22,3</b> | <b>68,1</b> | <b>533</b>                    | <b>16,6</b>   |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>72</b>         | <b>62,4</b> | <b>210</b>  | <b>1589</b>                   | <b>53,4</b>   |