

ГБДОУ №49 Пушкинского района Санкт-Петербурга

ГБДОУ №49 Пушкинского района

/Колназе Н.В./

12 октября 2026 г.

Аллергики Ясли 12 часов

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		
Завтрак								
	ТК№-016	ХЛЕБ (АЛЛЕРГИКИ) (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	2	0,2	12,7	61	0
ТТК	189	КАША ПШЕННАЯ С САХАРОМ И М/Р (АЛЛЕРГИКИ) (пшено, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	150	3,3	4,7	24,2	152	0
2008	ТТК№-35	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
Итого			360	5,4	4,9	42,8	237	0
II Завтрак								
ТТК	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (АЛЛЕРГИКИ) (яблоки)	95	0,3	0,3	8,3	40	8,4
Итого			95	0,3	0,3	8,3	40	8,4
Обед								
ТТК	15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (АЛЛЕРГИКИ) (огурцы грунтовые)	40	0,3		1	6	0
ТТК	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (АЛЛЕРГИКИ) (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), говядина б/к)	180	3,7	4,6	5	77	3,5
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ) (говядина б/к, морковь, лук репчатый, соль йодированная, вода питьевая)	50	14,6	12,6	0,5	174	0,2
ТТК	129	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (АЛЛЕРГИКИ) (морковь, кабачки, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, соль йодированная, вода питьевая)	120	1,3	0,1	5,3	28	5,8
ТТК	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (АЛЛЕРГИКИ) (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1	0,1	11,3	48	1,5
	ТК№-016	ХЛЕБ (АЛЛЕРГИКИ) (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	2	0,2	12,7	61	0
Итого			600	22	17,6	35,8	394	11
Уплотненный полдник								
2008	ТТК№-261	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	60	3,9	4,7	5	90	0
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С М/Р (АЛЛЕРГИКИ) (масло подсолнечное рафинированное, картофель, соль йодированная, вода питьевая)	130	2,5	4,4	20,7	132	10,4
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ) (вода питьевая, чай черный байховый, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
ТТК	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (АЛЛЕРГИКИ) (яблоки)	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
	ТК№-016	ХЛЕБ (АЛЛЕРГИКИ) (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	2	0,2	12,7	61	0
Итого			495	8,9	9,7	53,7	352	19,9
Всего				36,6	32,5	140,6	1023	39,3

Согласовано

З

ГБДОУ №49 Пушкинского

И/Ко

ГБДОУ №49 Пушкинского района

МЕНЮ
12 октября 2026 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	ТТК№ -189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,1	5,3	27,7	194	0
2008	ТТК№ -35	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
Итого			360	8,4	9,4	40,6	280	0
II Завтрак								
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	95	0,3	0,3	9,7	43	0
Итого			95	0,3	0,3	9,7	43	0
Обед								
2022	ТТК№ -17	*ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	40	0,3		0,7	5	0
2008	ТТК№ -81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	180	2,8	5,2	16,4	103	0
2008	ТТК№ -240	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (рыба минтай филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	60	7,2	11,6	11,5	123	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (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)	120	1,6	0,1	5,3	52	0
2008	ТТК№ -394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,2	0,2	11	88	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	3	1,2	20,6	105	0
Итого			640	16,5	18,5	74	517	0
Уплотненный полдник								
2008	ТТК№ -261	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	60	3,9	4,7	5	90	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	120	5,2	4,2	12,5	113	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,6	0,2	20	86	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2022	ТТК№ -26	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,5	4,8	12,4	90	0
Итого			370	12,6	14,1	58,4	420	0
Всего				37,8	42,3	182,7	1260	0

ГБДОУ №49 Пушкино /К/

Аллергики Сад 12 часов

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		
Завтрак								
	ТК№- 016	ХЛЕБ (АЛЛЕРГИКИ) (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	2	0,2	12,7	61	0
ТТК	189	КАША ПШЕННАЯ С САХАРОМ И М/Р (АЛЛЕРГИКИ) (пшено, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	200	7,2	8,3	35	226	0
2008	ТТК№ -35	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
Итого			410	9,3	8,5	53,6	311	0
II Завтрак								
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	0
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	0
Обед								
ТТК	15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (АЛЛЕРГИКИ) (огурцы грунтовые)	50	0,4		1,3	7	0
ТТК	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (АЛЛЕРГИКИ) (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), говядина б/к)	200	3,9	4,6	5,5	80	3,9
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ) (говядина б/к, морковь, лук репчатый, соль йодированная, вода питьевая)	50	14,6	12,6	0,5	174	0,2
ТТК	129	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (АЛЛЕРГИКИ) (морковь, кабачки, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, соль йодированная, вода питьевая)	150	1,6	0,2	6,6	35	7,3
ТТК	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (АЛЛЕРГИКИ) (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1	0,1	11,3	48	1,5
	ТК№- 016	ХЛЕБ (АЛЛЕРГИКИ) (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	2	0,2	12,7	61	0
Итого			660	22,6	17,7	37,9	405	12,9
Уплотненный полдник								
2008	ТТК№ -261	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	70	5,9	6,7	9,9	105	0
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С М/Р (АЛЛЕРГИКИ) (картофель, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	150	2,9	6,4	23,5	163	11,9
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЛЕРГИКИ) (вода питьевая, чай черный байховый, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
ТТК	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (АЛЛЕРГИКИ) (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
	ТК№- 016	ХЛЕБ (АЛЛЕРГИКИ) (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	2	0,2	12,7	61	0
Итого			530	11,3	13,7	61,9	400	21,9
Всего				43,6	40,3	163,2	1163	34,8



Согласовано

Заведующий

ГБДОУ №49 Пушкинского района

/Колназе Н.В./

МЕНЮ

12 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тиче-ская цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	ТТК№ -189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	7,2	8,6	21,2	214	0
2008	ТТК№ -35	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
Итого			410	10,5	12,7	34,1	300	0
II Завтрак								
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	0
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	0
Обед								
2022	ТТК№ -17	*ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,4		0,9	7	0
2008	ТТК№ -81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	200	4,6	6,6	26,5	165	0
2008	ТТК№ -240	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (рыба минтай филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	80	8,8	14,5	28,3	200	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая)	130	1,8	0,1	8,4	87	0
2008	ТТК№ -394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,2	0,2	11	88	0
2022	ТК№- 16	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,7	0,3	17	82	0
ТТК	-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	3	1,2	20,6	105	0
Итого			720	21,5	22,9	112,7	734	0
Уплотненный полдник								
2008	ТТК№ -261	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	70	5,9	6,7	9,9	105	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	130	5,6	4,6	13,5	143	0
2022	-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2022	ТТК№ -26	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	40	2,6	6,2	22	149	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,7	0,3	24,4	103	0
Итого			440	16,2	18	78,3	541	0
Всего				48,6	54	234,9	1622	0