

МЕНЮ

Возраст от 1 года до 3 лет. 11-12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ 150	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 130	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА) 150	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 130	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ) 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ) 20	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30
ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 170/10	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180
			ЧАЙ С МОЛОКОМ 180					КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	
II Завтрак									
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) 150	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5% 150	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% 150	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5% 150	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5% 150	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% 150	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5% 150	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5% 150	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% 150	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5% 150
Обед									
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 40	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ) 40	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С СЫРОМ 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 40	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ 40	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40
БОРЩ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА) 180	СУП ОВОЩНОЙ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ И БРОККОЛИ (С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ) 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) 180	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) 180	БОРЩ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) 180	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 180	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ) 180	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) 180	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) 180
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 60	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 160	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ 160	БИШТЕКС ПО-ДОМАШНЕМУ 60	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 60	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ 60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 160	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ) 60	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ) 60	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ 60
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ 120	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	СОУС МОЛОЧНЫЙ 20	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 120	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 120	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 120	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	РАГУ ОВОЩНОЕ (С СОУСОМ СМЕТАННЫМ) 120	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 120	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	СОУС МОЛОЧНЫЙ 20
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) 150	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ) 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 150	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ) 150	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20
									КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ) 150
Полдник									
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 160	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 135	КНЕЛИ РЫБНЫЕ ПРИПУЩЕННЫЕ 60	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКИ" 60	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 60	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 60	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 135	КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ" 60	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 60	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 170
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ) 15	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 120	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ 120	МАКАРОНЫ С СЫРОМ 120	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 120	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ) 15	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ 120	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ 120	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20
ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ) 150
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" 40	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ОЕ 20	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ) 150	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 180	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/10	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ОЕ 20	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) 150	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) 95

	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ) 95	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 40	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЕ 20	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ) 95	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" 40	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ) 95	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 40	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 40	
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) 95			ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) 95		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ) 95		



СОГЛАСОВАНО"

ГБДОУ детский сад № 28
района Санкт-Петербурга

/Чудиловская Л.С./

Приказ № 54 от 01.09. 2026 г.

" УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "ФОРМА ФЛОРИДАН"

/Ростенюк О.Ю./

2026 г.



Циклическое десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет, посещающих с 11-12 часовым пребыванием (завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник) дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

1 день

1 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 34/1	34/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,14	5,18	20,16	142,72
ТТК № 13/1	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,55	0,54	17,60	81,46
ТТК № 92/1	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,08	1,70	11,47	69,50
Итого за прием пищи:			360	6,77	7,42	49,23	293,68
II Завтрак							
ТТК № 113/1	113/1/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150	0,75	0,15	15,15	69,00
Итого за прием пищи:			150	0,75	0,15	15,15	69,00
Обед							
ТТК № 131/1	131/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,04	3,08	33,24
ТТК № 382/1	382/1	БОРЩ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1,76	5,26	7,39	87,94
ТТК № 87/1	87/1	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	6,34	4,21	4,87	88,76
ТТК № 149/1	149/1	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	120	1,80	2,47	21,52	115,51
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 50/1	50/1	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,51	0,21	13,94	59,69
Итого за прием пищи:			590	13,85	14,95	70,66	482,62
Уплотненный полдник							
ТТК № 124/1	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	8,66	7,48	15,92	180,64
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,33	13,89	66,33
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25,20
ТТК № 145/1	145/1	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	2,40	2,56	24,24	129,60
Итого за прием пищи:			410	13,11	10,37	60,25	401,77
Всего за день:				34,48	32,89	195,29	1 247,07

ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,24	1,90	14,52	84,14
Итого за прием пищи:			350	9,19	10,51	36,45	278,73
II Завтрак							
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4,35	3,75	6,00	75,00
Итого за прием пищи:			150	4,35	3,75	6,00	75,00
Обед							
ТТК № 54/1/1	54/1/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40	0,28	0,04	0,76	4,80
ТТК № 81/1	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((С ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	180	2,71	3,07	15,23	98,19
ТТК № 24/1	24/1	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	10,54	16,30	12,86	240,16
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 129/1	129/1	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,09	15,18	61,93
Итого за прием пищи:			570	16,43	20,26	63,89	502,56
Уплотненный полдник							
ТТК № 25/1	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	9,85	11,79	23,67	240,19
ТТК № 26/1	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (для подачи к блюду)	15	1,08	1,28	8,33	49,10
ТТК № 91/1	91/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0,14	0,01	5,37	22,13
ТТК № 60/1	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
ТТК № 1/1	1/1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0,86	0,19	7,70	40,85
Итого за прием пищи:			422	13,33	15,87	59,67	440,27
Всего за день:				43,30	50,39	166,01	1 296,56
3 день							
Завтрак							
ТТК № 32/1	32/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,27	4,60	16,70	109,16
ТТК № 15/1	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,55	4,69	10,65	90,76
ТТК № 97/1	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,95	2,47	14,97	93,91
Итого за прием пищи:			355	6,77	11,76	42,32	293,83
II Завтрак							
ТТК № 29/1	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,20	3,75	16,50	81,00
Итого за прием пищи:			150	4,20	3,75	16,50	81,00
Обед							
ТТК № 381/1	381/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,37	3,61	2,33	47,26
ТТК № 487/1/1	487/1/1	СУП ОВОЩНОЙ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ И БРОККОЛИ (С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ)	180	3,01	4,68	6,73	81,08
ТТК № 258/1/1	258/1/1	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	160	8,70	7,90	18,60	185,30
ТТК № 79/1	79/1	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0,40	1,24	1,32	18,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 41/1	41/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,47	0,00	14,36	59,32
Итого за прием пищи:			590	16,75	18,19	63,20	488,44

Уплотненный полдник

ТТК № 151/1	151/1	КНЕЛИ РЫБНЫЕ ПРИПУЩЕННЫЕ	60	5,74	3,10	3,81	72,13
ТТК № 53/1	53/1	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,15	1,63	9,60	61,54
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 113/1	113/1/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0,75	0,00	19,05	82,50
ТТК № 96/1	96/1	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	3,20	2,40	17,79	105,57
ТТК № 1/1	1/1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0,38	0,38	9,31	44,65
Итого за прием пищи:			485	12,52	7,73	68,82	410,61
Всего за день:				40,24	41,43	190,84	1 273,88

4 день

Завтрак

ТТК № 122/1	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,45	9,10	2,35	142,48
ТТК № 22/1	22/1/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	20	0,57	0,72	1,01	12,84
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 92/1	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,08	1,70	11,47	69,50
Итого за прием пищи:			350	12,60	12,06	25,43	278,08

II Завтрак

ТТК № 73/1	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4,35	3,75	6,30	76,67
Итого за прием пищи:			150	4,35	3,75	6,30	76,67

Обед

ТТК № 362/1	362/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	40	0,56	2,40	3,30	37,12
ТТК № 94/1	94/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2,07	4,26	5,78	70,14
ТТК № 472/1	472/1	БИФСТЕКС ПО-ДОМАШНЕМУ	60	7,00	6,92	8,36	124,92
ТТК № 109/1	109/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,28	3,91	27,07	139,24
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 48/1	48/1	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0,15	0,03	9,62	39,35
Итого за прием пищи:			590	15,86	18,28	73,99	508,25

Уплотненный полдник

ТТК № 164/1	164/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЁЖИКИ"	60	5,10	5,48	8,47	99,14
ТТК № 156/1	156/1	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	120	2,20	5,31	11,09	93,35
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 98/1	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,95	0,05	24,48	102,17
ТТК № 19/1	19/1	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	12,40	102,00
Итого за прием пищи:			400	10,35	16,46	65,70	440,88
Всего за день:				43,16	50,55	171,42	1 303,88

5 день

Завтрак

ТТК № 36/1	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,08	4,99	19,00	132,19
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26

ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,24	1,90	14,52	84,14
Итого за прием пищи:			350	5,82	7,43	44,12	269,59
II Завтрак							
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4,35	3,75	6,00	75,00
Итого за прием пищи:			150	4,35	3,75	6,00	75,00
Обед							
ТТК № 178/1	178/1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,53	2,07	3,47	34,33
ТТК № 70/1	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1,77	5,07	11,13	95,23
ТТК № 142/1	142/1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	6,00	2,92	6,78	77,42
ТТК № 127/1	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1,73	3,72	16,71	107,26
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 113/1	113/1/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0,45	0,00	24,75	102,00
Итого за прием пищи:			590	13,28	14,54	82,70	513,72
Уплотненный полдник							
ТТК № 162/1	162/1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	5,82	6,96	10,20	132,72
ТТК № 135/1	135/1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	120	4,60	9,16	21,36	187,08
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 90/1	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,12	0,03	6,48	26,67
ТТК № 1/1	1/1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	95	0,76	0,19	7,13	36,10
Итого за прием пищи:			455	12,60	16,56	54,43	426,79
Всего за день:				36,05	42,28	187,25	1 285,10
6 день							
Завтрак							
ТТК № 33/1	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,76	5,18	14,45	110,96
ТТК № 16/1	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,49	10,60	89,09
ТТК № 97/1	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,95	2,47	14,97	93,91
Итого за прием пищи:			360	9,53	11,14	40,02	293,96
II Завтрак							
ТТК № 29/1	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,20	3,75	16,50	81,00
Итого за прием пищи:			150	4,20	3,75	16,50	81,00
Обед							
ТТК №380/1	380/1	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	40	1,08	2,04	1,04	26,84
ТТК № 382/1	382/1	БОРЩ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1,76	5,26	7,39	87,94
ТТК № 42/1	42/1	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	60	6,11	7,45	6,68	121,75
ТТК № 52/1	52/1	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,92	4,56	11,20	93,52
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 41/1	41/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,47	0,00	14,36	59,32
Итого за прием пищи:			590	14,14	20,07	60,53	486,85
Уплотненный полдник							

ТТК № 87/1	87/1	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	6,34	4,21	4,87	88,76
ТТК № 119/1	119/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	1,57	3,46	14,90	96,97
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,08	0,00	5,17	21,00
ТТК № 145/1	145/1	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	2,40	2,56	24,24	129,60
ТТК № 1/1	1/1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0,38	0,38	9,31	44,65
Итого за прием пищи:			485	12,07	10,83	67,75	425,20
Всего за день:				39,94	45,79	184,80	1 287,01
7 день							
Завтрак							
ТТК № 37/1	37/1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	150	3,60	5,85	18,45	142,05
ТТК № 13/1	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,55	0,54	17,60	81,46
ТТК № 92/1	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,08	1,70	11,47	69,50
Итого за прием пищи:			360	7,23	8,09	47,52	293,01
II Завтрак							
ТТК № 73/1	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4,35	3,75	6,30	76,67
Итого за прием пищи:			150	4,35	3,75	6,30	76,67
Обед							
ТТК № 20/1	20/1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,56	4,04	2,64	49,16
ТТК № 132/1	132/1	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	3,80	2,30	12,82	88,02
ТТК № 124/1	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	8,66	7,48	15,92	180,64
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,81	15,90	79,89
ТТК № 113/1	113/1/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150	0,75	0,15	15,15	69,00
Итого за прием пищи:			580	17,32	15,00	71,69	510,93
Уплотненный полдник							
ТТК № 25/1	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	9,85	11,79	23,67	240,19
ТТК № 26/1	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (для подачи к блюду)	15	1,08	1,28	8,33	49,10
ТТК № 91/1	91/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0,14	0,01	5,37	22,13
ТТК № 60/1	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
ТТК № 1/1	1/1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0,86	0,19	7,70	40,85
Итого за прием пищи:			422	13,33	15,87	59,67	440,27
Всего за день:				42,23	42,71	185,18	1 320,88
8 день							
Завтрак							
ТТК № 31/1	31/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,28	6,99	22,00	165,63
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,81	15,90	79,89
ТТК № 90/1	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	170/10	0,13	0,03	6,50	26,79
Итого за прием пищи:			360	5,66	7,83	44,40	272,31
II Завтрак							
ТТК № 38/1	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4,35	3,75	6,00	75,00

Итого за прием пищи:			150	4,35	3,75	6,00	75,00
Обед							
ТТК № 120/1	120/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,34	2,10	3,15	32,04
ТТК № 161/1	161/1	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)	180	1,96	4,12	7,68	76,84
ТТК № 11/1	11/1/2	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	60	6,73	7,38	8,50	128,53
ТТК № 158/1	158/1	РАГУ ОВОЩНОЕ (С СОУСОМ СМЕТАННЫМ)	120	1,52	3,93	12,47	91,34
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 98/1	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,79	0,05	20,62	86,09
Итого за прием пищи:			590	14,14	18,34	72,28	512,32
Уплотненный полдник							
ТТК № 152/1	152/1	КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	60	6,57	7,44	3,78	102,96
ТТК № 157/1	157/1	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	120	1,56	4,05	10,49	84,63
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 40/1	40/1/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,12	0,12	7,93	33,28
ТТК № 146/1	146/1	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	2,64	0,64	20,00	96,32
ТТК № 1/1	1/1/2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	95	0,38	0,29	9,79	44,65
Итого за прием пищи:			485	12,77	13,08	62,59	415,10
Всего за день:				36,92	43,00	185,27	1 274,73
9 день							
Завтрак							
ТТК № 122/1	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,45	9,10	2,35	142,48
ТТК № 22/1	22/1/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ)	20	0,57	0,72	1,01	12,84
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,24	1,90	14,52	84,14
Итого за прием пищи:			350	12,76	12,26	28,48	292,72
II Завтрак							
ТТК № 29/1	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,20	3,75	16,50	81,00
Итого за прием пищи:			150	4,20	3,75	16,50	81,00
Обед							
ТТК № 160/1	160/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,63	2,07	7,86	52,61
ТТК № 134/1/1	134/1/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2,74	3,78	6,91	73,02
ТТК № 110/1	110/1/1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	60	6,03	2,82	5,75	73,12
ТТК № 127/1	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1,73	3,72	16,71	107,26
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,33	13,89	66,33
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 113/1	113/1/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0,75	0,00	19,05	82,50
Итого за прием пищи:			600	15,33	13,26	80,77	508,10
Уплотненный полдник							
ТТК № 163/1	163/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	5,66	7,46	5,48	108,69

ТТК № 147/1	147/1	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	120	2,38	6,88	20,41	155,58
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25,20
ТТК № 96/1	96/1	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	3,20	2,40	17,79	105,57
Итого за прием пищи:			420	12,64	16,96	59,14	439,26
Всего за день:				44,93	46,23	184,89	1 321,08
10 день							
Завтрак							
ТТК № 35/1	35/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,14	5,47	19,00	141,27
ТТК № 13/1	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,55	0,54	17,60	81,46
ТТК № 92/1	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,08	1,70	11,47	69,50
Итого за прием пищи:			360	6,77	7,71	48,07	292,23
II Завтрак							
ТТК № 73/1	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4,35	3,75	6,30	76,67
Итого за прием пищи:			150	4,35	3,75	6,30	76,67
Обед							
ТТК № 178/1	178/1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,53	2,07	3,47	34,33
ТТК № 70/1	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	1,77	5,07	11,13	95,23
ТТК № 67/1	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	5,64	7,08	5,40	107,88
ТТК № 45/1	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2,29	3,31	20,93	116,07
ТТК № 79/1	79/1	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0,40	1,24	1,32	18,00
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 40/1	40/1/2	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	150	0,12	0,09	8,08	33,61
Итого за прием пищи:			600	13,55	19,62	70,19	502,60
Уплотненный полдник							
ТТК № 378/1	378/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7,67	12,82	15,95	218,31
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,22
ТТК № 113/1	113/1/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0,45	0,00	24,75	102,00
ТТК № 1/1	1/1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0,38	0,38	9,31	44,65
Итого за прием пищи:			435	9,8	13,42	59,27	409,18
Всего за день:				34,47	44,50	183,83	1 280,68
Всего за 10 ДНЕЙ:				395,72	439,77	1 834,78	12 890,87
Среднее значение за период:				39,57	43,98	183,48	1289,09

Реестр Техничко-технологических карт, разработанных АО "ФИРМА ФЛЮРИДАН"

Техничко-технологические карты разработаны на основе:

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

Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет оптимизированного состава, применяемых в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения и учреждениях(отделениях)социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов: практ.руководство (нормативный документ)/Сост. Б.С.Каганов, А.С.Шарафетдинов, Э.Н.Преображенская и др.- Москва , 2010. - 496с.

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

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

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

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

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, ФГБУН ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НП СРО «АПСПОЗ» — М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2022. — 698 с.

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

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обеспечения питанием воспитанников и обучающихся государственных образовательных организаций Санкт-Петербурга Электрон. текстовые дан. (21,1 Мб). — СПб.: Издательский центр «Интермедия», 2024

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