"СОГЛАСОВАНО"
Заведующий ГДБОУ детский сад № 87 комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга

_____ /Колпакова О.В./

"11" декабря 2023 г.

" УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

_____ /О.Ю. Костенюк/

"11" декабря 2023 г.

**Цикличное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих с 12 часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания**

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **1 день** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 34 | 34/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 5,10 | 5,30 | 29,10 | 183,80 |
| ТТК № 15 | 15/1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,50 | 4,70 | 10,60 | 91,00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 92 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,10 | 1,70 | 11,80 | 73,60 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **405** | **10,20** | **12,20** | **62,10** | **402,00** |
| **II Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 76 | 76/1 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,80 | 0,20 | 15,20 | 69,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **150** | **0,80** | **0,20** | **15,20** | **69,00** |
| **Обед** | | | | | | | |
| 2008 | 50 | САЛАТ "СВЕКОЛКА" | 55 | 0,90 | 5,60 | 7,80 | 74,10 |
| ТТК № 81 | 81/1 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И ГРЕНКАМИ | 200 | 2,80 | 4,50 | 22,60 | 149,60 |
| ТТК № 87 | 87/1 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 70 | 7,70 | 5,50 | 3,50 | 110,00 |
| 2016 | 340 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 150 | 2,40 | 4,70 | 19,00 | 126,00 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,00 | 0,30 | 13,90 | 66,30 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 51 | 51/1 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 0,10 | 0,10 | 7,50 | 31,10 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **705** | **17,40** | **21,20** | **84,90** | **610,70** |
| **Полдник** | | | | | | | |
| ТТК № 61 | 61/1 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 170 | 9,00 | 12,80 | 33,40 | 285,50 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 93 | 93/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,10 | 0,00 | 5,60 | 22,70 |
| ТТК № 96 | 96/1 | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" | 50 | 5,90 | 5,20 | 23,40 | 144,00 |
| ТТК № 1 | 1/7 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **520** | **16,70** | **18,60** | **81,50** | **543,40** |
| **Всего за день:** | | | | **45,10** | **52,20** | **243,70** | **1 625,10** |
| **2 день** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 36 | 36/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 3,50 | 5,10 | 25,70 | 171,40 |
| ТТК № 16 | 16/1 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 5,10 | 5,00 | 10,70 | 108,10 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 44 | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,40 | 1,70 | 14,20 | 88,40 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **415** | **12,50** | **12,30** | **61,20** | **421,50** |
| **II Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 29 | 29/1 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 120,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **150** | **4,20** | **3,80** | **16,50** | **120,00** |
| **Обед** | | | | | | | |
| ТТК № 66 | 66/1 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 55 | 0,10 | 0,10 | 2,10 | 12,10 |
| ТТК № 86 | 86/1 | СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ | 200 | 4,00 | 4,00 | 18,30 | 135,80 |
| 2016 | 164 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ | 200 | 10,00 | 10,20 | 29,20 | 238,00 |
| 2016 | 372 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 25 | 0,30 | 1,00 | 1,40 | 17,10 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,00 | 0,30 | 13,90 | 66,30 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 98 | 98/1 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,90 | 0,10 | 18,90 | 79,40 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **710** | **18,80** | **16,20** | **94,40** | **602,30** |
| **Полдник** | | | | | | | |
| ТТК № 69 | 69/1 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ И МЯСА | 170 | 9,10 | 10,00 | 19,60 | 186,90 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 78 | 78/1 | СОК АБРИКОСОВЫЙ | 180 | 0,90 | 0,00 | 22,90 | 99,00 |
| ТТК № 64 | 64/1 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ | 50 | 2,50 | 2,40 | 24,00 | 108,70 |
| ТТК № 1 | 1/1 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **520** | **14,70** | **12,80** | **83,90** | **481,80** |
| **Всего за день:** | | | | **50,20** | **45,10** | **256,00** | **1 625,60** |
| **3 день** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 56 | 56/1 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 160 | 10,00 | 19,20 | 4,00 | 248,50 |
| ТТК № 22 | 22/1 | ГОРОХ ОВОЩНОЙ ОТВАРНОЙ | 35 | 1,00 | 0,10 | 2,10 | 12,60 |
| ТТК № 13 | 13/1 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,60 | 0,60 | 22,60 | 101,60 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 92 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,10 | 1,70 | 11,80 | 73,60 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **435** | **16,20** | **22,10** | **51,10** | **489,90** |
| **II Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 38 | 38/1 | КЕФИР | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,00 | 79,50 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **150** | **4,40** | **3,80** | **6,00** | **79,50** |
| **Обед** | | | | | | | |
| ТТК № 55 | 55/1 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 55 | 0,40 | 0,10 | 0,90 | 5,50 |
| ТТК № 94 | 94/1 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ, СМЕТАНОЙ | 200 | 3,60 | 4,50 | 6,40 | 89,70 |
| ТТК № 23 | 23/1 | ГУЛЯШ | 80 | 7,00 | 16,30 | 10,00 | 149,50 |
| ТТК № 45 | 45/1 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | 4,00 | 3,60 | 27,80 | 166,40 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,00 | 0,30 | 13,90 | 66,30 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 48 | 48/1 | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 180 | 0,10 | 0,00 | 10,10 | 41,30 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **695** | **18,60** | **25,30** | **79,70** | **572,30** |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Полдник** | | | | | | | |
| ТТК № 72 | 72/1 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 70 | 8,00 | 3,70 | 3,50 | 80,50 |
| 2016 | 339 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,10 | 4,20 | 17,70 | 136,10 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 90 | 90/1 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 180/15 | 0,20 | 0,10 | 8,80 | 35,10 |
| 2008 | 477 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 50 | 3,00 | 2,00 | 25,90 | 130,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **505** | **17,10** | **10,70** | **75,80** | **479,50** |
| **Всего за день:** | | | | **56,30** | **61,90** | **212,60** | **1 621,20** |
| **4 день** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 37 | 37/1 | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" | 180 | 5,00 | 6,30 | 22,90 | 176,00 |
| ТТК № 15 | 15/1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,50 | 4,70 | 10,60 | 91,00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 93 | 93/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,10 | 0,00 | 5,60 | 22,70 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **405** | **8,10** | **11,50** | **49,70** | **343,30** |
| **II Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 73 | 73/1 | РЯЖЕНКА | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,30 | 81,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **150** | **4,40** | **3,80** | **6,30** | **81,00** |
| **Обед** | | | | | | | |
| ТТК № 54 | 54/1 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 55 | 0,40 | 0,10 | 1,10 | 6,60 |
| ТТК № 70 | 70/1 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ, СМЕТАНОЙ | 200 | 3,40 | 4,70 | 11,50 | 111,70 |
| ТТК № 68 | 68/1 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 70 | 7,00 | 4,00 | 6,20 | 95,20 |
| ТТК № 53 | 53/1 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 135 | 2,50 | 2,20 | 9,80 | 71,70 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,00 | 0,30 | 13,90 | 66,30 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 76 | 76/2 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 0,90 | 0,20 | 18,20 | 82,80 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **690** | **17,70** | **12,00** | **71,30** | **487,90** |
| **Полдник** | | | | | | | |
| ТТК № 25 | 25/1 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 170 | 12,10 | 16,60 | 30,80 | 351,00 |
| ТТК № 26 | 26/1 | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ) | 30 | 1,50 | 2,60 | 16,70 | 98,40 |
| ТТК № 99 | 99/1 | КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ | 180 | 3,70 | 2,50 | 25,90 | 141,60 |
| ТТК № 1 | 1/5 | ГРУША СВЕЖАЯ | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| ТТК № 28 | 28/1 | ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 35 | 2,10 | 1,70 | 26,30 | 128,10 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **515** | **19,80** | **23,70** | **110,00** | **766,10** |
| **Всего за день:** | | | | **50,00** | **51,00** | **237,30** | **1 678,30** |
| **5 день** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 32 | 32/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 4,00 | 5,00 | 26,80 | 154,90 |
| ТТК № 16 | 16/2 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 5,10 | 5,00 | 10,70 | 108,10 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 97 | 97/1 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,00 | 2,50 | 15,20 | 98,80 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **415** | **13,60** | **13,00** | **63,30** | **– 415,40** |
| **II Завтрак** | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ТТК № 29 | 29/1 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 120,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **150** | **4,20** | **3,80** | **16,50** | **120,00** |
| **Обед** | | | | | | | |
| ТТК № 66 | 66/1 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 55 | 0,10 | 0,10 | 2,10 | 12,10 |
| ТТК № 12 | 12/1 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 200 | 3,20 | 6,50 | 8,50 | 111,30 |
| ТТК № 59 | 59/1 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 80 | 8,00 | 12,10 | 9,00 | 126,30 |
| 2016 | 334 | РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ | 130 | 2,60 | 5,30 | 24,60 | 159,10 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,00 | 0,30 | 13,90 | 66,30 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 39 | 39/1 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,90 | 0,10 | 13,80 | 59,10 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **695** | **18,30** | **24,90** | **82,50** | **587,80** |
| **Полдник** | | | | | | | |
| ТТК № 66 | 66/2 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0,00 | 0,10 | 1,10 | 6,60 |
| ТТК № 24 | 24/1 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 170 | 9,70 | 13,40 | 21,60 | 226,50 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 92 | 92/2 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,10 | 1,70 | 11,80 | 73,60 |
| ТТК № 18 | 18/1 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 50 | 3,20 | 3,80 | 22,00 | 108,60 |
| ТТК № 1 | 1/3 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **550** | **17,10** | **19,40** | **73,30** | **497,50** |
| **Всего за день:** | | | | **53,20** | **61,10** | **235,60** | **1 620,70** |
| **6 день** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 35 | 35/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 4,80 | 5,90 | 30,70 | 189,10 |
| ТТК № 15 | 15/1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,50 | 4,70 | 10,60 | 91,00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 44 | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,40 | 1,70 | 14,20 | 88,40 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **405** | **10,20** | **12,80** | **66,10** | **422,10** |
| **II Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 38 | 38/1 | КЕФИР | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,00 | 79,50 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **150** | **4,40** | **3,80** | **6,00** | **79,50** |
| **Обед** | | | | | | | |
| ТТК № 20 | 20/1 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 55 | 0,70 | 5,60 | 3,70 | 67,40 |
| ТТК № 82 | 82/1 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, МЯСОМ | 200 | 3,60 | 2,50 | 11,40 | 76,60 |
| ТТК № 87 | 87/1 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 70 | 7,70 | 5,50 | 3,50 | 110,00 |
| ТТК № 52 | 52/1 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 135 | 2,30 | 3,30 | 13,10 | 84,40 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,00 | 0,30 | 13,90 | 66,30 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 51 | 51/1 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 0,10 | 0,10 | 7,50 | 31,10 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **690** | **17,90** | **17,80** | **63,70** | **489,40** |
| **Полдник** | | | | | | | |
| ТТК № 42 | 42/1 | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ | 70 | 8,00 | 8,20 | 10,30 | 146,20 |
| ТТК № 30 | 30/1 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 130 | 2,90 | 2,80 | 16,50 | 90,10 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ТТК № 77 | 77/1 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 180 | 0,50 | 0,00 | 29,70 | 122,40 |
| ТТК № 1 | 1/7 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ТТК № 19 | 19/1 | ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ | 20 | 0,80 | 5,40 | 12,40 | 102,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **520** | **13,90** | **17,00** | **88,00** | **551,90** |
| **Всего за день:** | | | | **46,40** | **51,40** | **223,80** | **1 542,90** |
| **7 день** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 57 | 57/1 | ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ | 160 | 7,40 | 12,00 | 14,50 | 234,80 |
| ТТК № 66 | 66/3 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 35 | 0,00 | 0,10 | 1,30 | 7,70 |
| ТТК № 13 | 13/1 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,60 | 0,60 | 22,60 | 101,60 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 97 | 97/1 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,00 | 2,50 | 15,20 | 98,80 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **435** | **13,50** | **15,70** | **64,20** | **496,50** |
| **II Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 73 | 73/1 | РЯЖЕНКА | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,30 | 81,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **150** | **4,40** | **3,80** | **6,30** | **81,00** |
| **Обед** | | | | | | | |
| ТТК № 54 | 54/1 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 55 | 0,40 | 0,10 | 1,10 | 6,60 |
| ТТК № 84 | 84/1 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | 200 | 3,50 | 1,90 | 13,50 | 90,20 |
| ТТК № 43 | 43/1 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 70 | 8,10 | 7,00 | 12,00 | 159,00 |
| ТТК № 95 | 95/1 | МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 135 | 1,60 | 1,60 | 11,30 | 55,40 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,00 | 0,30 | 13,90 | 66,30 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 41 | 41/2 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,50 | 0,00 | 15,60 | 63,40 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **690** | **17,60** | **11,40** | **78,00** | **494,50** |
| **Полдник** | | | | | | | |
| 2016 | 222 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ | 150 | 5,30 | 11,30 | 34,40 | 227,20 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 90 | 90/2 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 180/15 | 0,20 | 0,10 | 8,80 | 35,10 |
| 2008 | 477 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 50 | 3,00 | 2,00 | 25,90 | 130,00 |
| ТТК № 1 | 1/5 | ГРУША СВЕЖАЯ | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **515** | **10,20** | **13,90** | **88,70** | **483,50** |
| **Всего за день:** | | | | **45,70** | **44,80** | **237,20** | **1 555,50** |
| **8 день** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 32 | 32/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 4,00 | 5,00 | 26,80 | 154,90 |
| ТТК № 16 | 16/2 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 5,10 | 5,00 | 10,70 | 108,10 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 92 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,10 | 1,70 | 11,80 | 73,60 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **415** | **12,70** | **12,20** | **59,90** | **390,20** |
| **II Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 29 | 29/1 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 120,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **150** | **4,20** | **3,80** | **16,50** | **120,00** |
| **Обед** | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ТТК № 74 | 74/1 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ | 55 | 0,20 | 3,20 | 2,40 | 39,50 |
| ТТК № 12 | 12/1 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 200 | 3,20 | 6,50 | 8,50 | 111,30 |
| ТТК № 67 | 67/1 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | 70 | 9,80 | 7,20 | 6,10 | 111,60 |
| 2016 | 362/372 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) | 135 | 2,30 | 4,60 | 13,40 | 113,90 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,00 | 0,30 | 13,90 | 66,30 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 50 | 50/1 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,60 | 0,20 | 15,20 | 74,70 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **690** | **19,60** | **22,50** | **70,10** | **570,90** |
| **Полдник** | | | | | | | |
| ТТК № 21 | 21/1 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 170 | 9,00 | 13,20 | 16,50 | 216,50 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 93 | 93/3 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,10 | 0,00 | 5,60 | 22,70 |
| ТТК № 64 | 64/1 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ | 50 | 2,50 | 2,40 | 24,00 | 108,70 |
| ТТК № 1 | 1/1 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| ТТК № 28 | 28/1 | ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 35 | 2,10 | 1,70 | 26,30 | 128,10 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **555** | **15,90** | **17,70** | **89,80** | **563,20** |
| **Всего за день:** | | | | **52,40** | **56,20** | **236,30** | **1 644,30** |
| **9 день** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 31 | 31/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 5,70 | 6,20 | 36,40 | 186,20 |
| ТТК № 15 | 15/1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,50 | 4,70 | 10,60 | 91,00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 44 | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,40 | 1,70 | 14,20 | 88,40 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **405** | **11,10** | **13,10** | **71,80** | **419,20** |
| **II Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 38 | 38/1 | КЕФИР | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,00 | 79,50 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **150** | **4,40** | **3,80** | **6,00** | **79,50** |
| **Обед** | | | | | | | |
| ТТК № 75 | 75/1 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 55 | 2,60 | 10,70 | 3,90 | 123,20 |
| ТТК № 83 | 83/1 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ | 200 | 4,00 | 6,40 | 16,40 | 130,20 |
| ТТК № 72 | 72/1 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 70 | 8,00 | 3,70 | 3,50 | 80,50 |
| 2016 | 340 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 150 | 2,40 | 4,70 | 19,00 | 126,00 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,00 | 0,30 | 13,90 | 66,30 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 98 | 98/1 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,90 | 0,10 | 18,90 | 79,40 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **705** | **21,40** | **26,40** | **86,20** | **659,20** |
| **Полдник** | | | | | | | |
| ТТК № 25 | 25/1 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 170 | 12,10 | 16,60 | 30,80 | 351,00 |
| ТТК № 80 | 80/1 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 55 | 1,00 | 2,10 | 6,90 | 53,50 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 91 | 91/1 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/7 | 0,20 | 0,00 | 5,80 | 24,80 |
| ТТК № 1 | 1/3 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Итого за прием пищи:** | | | **532** | **15,60** | **19,40** | **61,60** | **520,90** |
| **Всего за день:** | | | | **52,50** | **62,70** | **225,60** | **1 678,80** |
| **10 день** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 33 | 33/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 4,50 | 6,30 | 24,10 | 165,80 |
| ТТК № 13 | 13/1 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,60 | 0,60 | 22,60 | 101,60 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 92 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,10 | 1,70 | 11,80 | 73,60 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **420** | **9,70** | **9,10** | **69,10** | **394,60** |
| **II Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 73 | 73/1 | РЯЖЕНКА | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,30 | 81,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **150** | **4,40** | **3,80** | **6,30** | **81,00** |
| **Обед** | | | | | | | |
| ТТК № 66 | 66/1 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 55 | 0,10 | 0,10 | 2,10 | 12,10 |
| ТТК № 71 | 71/1 | РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 200 | 3,00 | 4,60 | 10,10 | 100,80 |
| ТТК № 88 | 88/1 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 70 | 7,60 | 9,50 | 4,40 | 142,30 |
| ТТК № 79 | 79/1 | СОУС МОЛОЧНЫЙ | 20 | 0,40 | 0,90 | 1,40 | 17,30 |
| 2016 | 334 | РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ | 130 | 2,60 | 5,30 | 24,60 | 159,10 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,00 | 0,30 | 13,90 | 66,30 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 40 | 40/1 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 180 | 0,10 | 0,10 | 8,80 | 36,80 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **705** | **17,30** | **21,30** | **75,90** | **588,30** |
| **Полдник** | | | | | | | |
| ТТК № 54 | 54/3 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 20 | 0,10 | 0,00 | 0,40 | 2,40 |
| ТТК № 11 | 11/1 | БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) | 70 | 7,90 | 7,80 | 11,30 | 153,00 |
| 2016 | 372 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 30 | 0,40 | 1,20 | 1,70 | 20,70 |
| ТТК № 27 | 27/1 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ | 130 | 2,40 | 6,50 | 26,80 | 155,30 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 77 | 77/1 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 180 | 0,50 | 0,00 | 29,70 | 122,40 |
| ТТК № 63 | 63/1 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ | 50 | 2,80 | 5,60 | 21,40 | 119,70 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **500** | **15,40** | **21,30** | **100,60** | **617,70** |
| **Всего за день:** | | | | **46,80** | **55,50** | **251,90** | **1 681,60** |
| **Всего за 10 ДНЕЙ:** | | | | **498,60** | **541,90** | **2 360,00** | **16 274,00** |
| **Среднее значение за период:** | | | | **49,86** | **54,19** | **236** | **1627,4** |


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 рецептур 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 рецептур 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 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.

Реестр Технико-технологических карт, разработанных АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"


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

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Итого за прием пищи:** | | | **532** | **15,60** | **19,40** | **61,60** | **520,90** |
| **Всего за день:** | | | | **52,50** | **62,70** | **225,60** | **1 678,80** |
| **10 день** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 33 | 33/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 4,50 | 6,30 | 24,10 | 165,80 |
| ТТК № 13 | 13/1 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,60 | 0,60 | 22,60 | 101,60 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 92 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,10 | 1,70 | 11,80 | 73,60 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **420** | **9,70** | **9,10** | **69,10** | **394,60** |
| **II Завтрак** | | | | | | | |
| ТТК № 73 | 73/1 | РЯЖЕНКА | 150 | 4,40 | 3,80 | 6,30 | 81,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **150** | **4,40** | **3,80** | **6,30** | **81,00** |
| **Обед** | | | | | | | |
| ТТК № 66 | 66/1 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 55 | 0,10 | 0,10 | 2,10 | 12,10 |
| ТТК № 71 | 71/1 | РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 200 | 3,00 | 4,60 | 10,10 | 100,80 |
| ТТК № 88 | 88/1 | СУФЛЕ КУРИНОЕ | 70 | 7,60 | 9,50 | 4,40 | 142,30 |
| ТТК № 79 | 79/1 | СОУС МОЛОЧНЫЙ | 20 | 0,40 | 0,90 | 1,40 | 17,30 |
| 2016 | 334 | РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ | 130 | 2,60 | 5,30 | 24,60 | 159,10 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,00 | 0,30 | 13,90 | 66,30 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 40 | 40/1 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 180 | 0,10 | 0,10 | 8,80 | 36,80 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **705** | **17,30** | **21,30** | **75,90** | **588,30** |
| **Полдник** | | | | | | | |
| ТТК № 54 | 54/3 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 20 | 0,10 | 0,00 | 0,40 | 2,40 |
| ТТК № 11 | 11/1 | БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) | 70 | 7,90 | 7,80 | 11,30 | 153,00 |
| 2016 | 372 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 30 | 0,40 | 1,20 | 1,70 | 20,70 |
| ТТК № 27 | 27/1 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ | 130 | 2,40 | 6,50 | 26,80 | 155,30 |
| ТТК № 89 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| ТТК № 77 | 77/1 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 180 | 0,50 | 0,00 | 29,70 | 122,40 |
| ТТК № 63 | 63/1 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ | 50 | 2,80 | 5,60 | 21,40 | 119,70 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **500** | **15,40** | **21,30** | **100,60** | **617,70** |
| **Всего за день:** | | | | **46,80** | **55,50** | **251,90** | **1 681,60** |
| **Всего за 10 ДНЕЙ:** | | | | **498,60** | **541,90** | **2 360,00** | **16 274,00** |
| **Среднее значение за период:** | | | | **49,86** | **54,19** | **236** | **1627,4** |


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 использовапнию рецептур 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 рецептур 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 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.

Реестр Технико-технологических карт, разработанных АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"


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