

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий

ГБДОУ ДС № 32 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА  
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

  
С.Ю. Шелехова/  
"30" августа 2024 г.

" УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

  
Костенюк О.Ю./  
2024 г.

Циклическое десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет, посещающих с 12 часовым пребыванием 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 № 154            | 154/1                   | ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ               | 150          | 4,38             | 8,08    | 11,83       | 164,33                        |
| ТТК № 10             | 10/1                    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ              | 20           | 1,50             | 0,54    | 10,60       | 53,60                         |
| ТТК № 92             | 92/1                    | ЧАЙ С МОЛОКОМ                  | 180          | 2,08             | 1,70    | 11,76       | 73,35                         |
| Итого за прием пищи: |                         |                                | 350          | 7,96             | 10,32   | 34,19       | 291,28                        |

II Завтрак

|                      |       |                          |     |      |      |       |       |
|----------------------|-------|--------------------------|-----|------|------|-------|-------|
| ТТК № 113            | 113/1 | 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 №54              | 54/1  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)                 | 40  | 0,28  | 0,04  | 0,76  | 4,80   |
| ТТК № 12             | 12/1  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 180 | 2,23  | 6,30  | 8,59  | 105,44 |
| ТТК № 87             | 87/1  | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                     | 60  | 6,61  | 4,81  | 3,22  | 91,50  |
| ТТК № 149            | 149/1 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ                       | 120 | 1,73  | 7,12  | 19,49 | 130,80 |
| ТТК № 89             | 89/1  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 20  | 1,30  | 0,22  | 9,26  | 44,20  |
| ТТК № 10             | 10/1  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 20  | 1,50  | 0,54  | 10,60 | 53,60  |
| ТТК № 50             | 50/1  | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                       | 150 | 0,51  | 0,21  | 13,94 | 69,33  |
| Итого за прием пищи: |       |                                                   | 590 | 14,16 | 19,24 | 65,86 | 499,67 |

Полдник

|                      |       |                                  |     |       |       |        |          |
|----------------------|-------|----------------------------------|-----|-------|-------|--------|----------|
| ТТК № 124            | 124/1 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                    | 160 | 9,77  | 13,73 | 16,30  | 218,29   |
| ТТК № 89             | 89/2  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20  | 1,30  | 0,22  | 9,26   | 44,20    |
| ТТК № 93             | 93/3  | ЧАЙ С САХАРОМ                    | 180 | 0,10  | 0,00  | 6,20   | 25,18    |
| ТТК № 145            | 145/1 | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"               | 40  | 2,56  | 2,40  | 23,36  | 125,60   |
| Итого за прием пищи: |       |                                  | 400 | 13,73 | 16,35 | 55,12  | 413,27   |
| Всего за день:       |       |                                  |     | 36,60 | 46,06 | 170,32 | 1 273,22 |

2 день

Завтрак

|          |      |                                                   |     |      |      |       |        |
|----------|------|---------------------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| ТТК № 34 | 34/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 3,71 | 4,41 | 21,12 | 131,90 |
| ТТК № 13 | 13/1 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                | 30  | 1,55 | 0,54 | 17,06 | 77,90  |
| ТТК № 44 | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                        | 180 | 2,34 | 1,70 | 13,89 | 83,12  |

|                      |       |                                                                          |       |       |       |        |          |
|----------------------|-------|--------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|----------|
| Итого за прием пищи: |       |                                                                          | 360   | 7,60  | 6,65  | 52,07  | 292,92   |
| II Завтрак           |       |                                                                          |       |       |       |        |          |
| ТТК № 38             | 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              | 54/2  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)                                      | 40    | 0,44  | 0,08  | 1,52   | 8,80     |
| ТТК № 81             | 81/1  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((С ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА) | 180   | 3,67  | 3,74  | 18,71  | 104,45   |
| ТТК № 155            | 155/1 | ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ                                                       | 60    | 6,94  | 9,00  | 0,60   | 110,40   |
| ТТК № 45             | 45/1  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                                              | 110   | 2,38  | 3,31  | 20,18  | 119,47   |
| ТТК № 89             | 89/2  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                         | 20    | 1,30  | 0,22  | 9,26   | 44,20    |
| ТТК № 10             | 10/1  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                        | 20    | 1,50  | 0,54  | 10,60  | 53,60    |
| ТТК № 129            | 129/1 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                                                          | 150   | 0,10  | 0,09  | 15,18  | 62,48    |
| Итого за прием пищи: |       |                                                                          | 580   | 16,33 | 16,98 | 76,05  | 503,40   |
| Полдник              |       |                                                                          |       |       |       |        |          |
| ТТК № 25             | 25/1  | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                                     | 130   | 9,19  | 11,79 | 26,17  | 268,53   |
| ТТК № 80             | 80/1  | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)                                                  | 20    | 0,36  | 0,92  | 2,60   | 20,00    |
| ТТК № 91             | 91/1  | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                            | 150/7 | 0,14  | 0,01  | 5,37   | 23,32    |
| ТТК № 60             | 60/1  | ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ                                               | 20    | 1,40  | 2,60  | 14,60  | 88,00    |
| ТТК № 1              | 1/1   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)                                                | 95    | 0,86  | 0,19  | 7,70   | 40,85    |
| Итого за прием пищи: |       |                                                                          | 422   | 11,95 | 15,51 | 56,44  | 440,70   |
| Всего за день:       |       |                                                                          |       | 40,23 | 42,89 | 190,56 | 1 312,02 |
| 3 день               |       |                                                                          |       |       |       |        |          |
| Завтрак              |       |                                                                          |       |       |       |        |          |
| ТТК № 37             | 37/1  | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)                            | 150   | 2,40  | 6,75  | 20,10  | 105,00   |
| ТТК № 16             | 16/1  | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                                        | 30    | 3,82  | 3,49  | 10,60  | 90,00    |
| ТТК № 97             | 97/1  | КАКАО С МОЛОКОМ                                                          | 180   | 2,95  | 2,47  | 15,15  | 96,10    |
| Итого за прием пищи: |       |                                                                          | 360   | 9,17  | 12,71 | 45,85  | 291,10   |
| II Завтрак           |       |                                                                          |       |       |       |        |          |
| ТТК № 29             | 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 № 159            | 159/1 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ                                                  | 40    | 1,23  | 3,30  | 3,04   | 41,56    |
| ТТК № 134            | 134/2 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)                                                 | 180   | 3,18  | 4,61  | 8,02   | 77,18    |
| ТТК № 162            | 162/1 | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                                                          | 60    | 6,36  | 6,96  | 10,95  | 133,20   |
| ТТК № 130            | 130/1 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ                                                       | 120   | 1,97  | 2,98  | 16,65  | 98,71    |
| ТТК № 89             | 89/1  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                         | 20    | 1,30  | 0,22  | 9,26   | 44,20    |
| ТТК № 10             | 10/1  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                                        | 20    | 1,50  | 0,54  | 10,60  | 53,60    |
| ТТК № 41             | 41/1  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                              | 150   | 0,47  | 0,00  | 14,36  | 58,83    |
| Итого за прием пищи: |       |                                                                          | 590   | 16,01 | 18,61 | 72,88  | 507,28   |
| Полдник              |       |                                                                          |       |       |       |        |          |
| ТТК № 151            | 151/1 | КНЕЛИ РЫБНЫЕ                                                             | 60    | 5,14  | 3,50  | 4,21   | 78,00    |
| ТТК № 53             | 53/1  | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ                                     | 115   | 1,01  | 2,48  | 10,12  | 57,04    |
| ТТК № 89             | 89/2  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                         | 20    | 1,30  | 0,22  | 9,26   | 44,20    |

|                      |       |                             |     |       |       |        |          |
|----------------------|-------|-----------------------------|-----|-------|-------|--------|----------|
| ТТК № 113            | 113/2 | СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ) | 150 | 0,75  | 0,00  | 19,05  | 82,50    |
| ТТК № 96             | 96/1  | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"         | 40  | 3,28  | 2,24  | 20,32  | 112,00   |
| ТТК № 1              | 1/8   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)      | 95  | 0,38  | 0,38  | 9,31   | 44,65    |
| Итого за прием пищи: |       |                             | 480 | 11,86 | 8,82  | 72,27  | 418,39   |
| Всего за день:       |       |                             |     | 41,24 | 43,89 | 207,50 | 1 297,77 |

#### 4 день

##### Завтрак

|                      |      |                                                   |     |       |       |       |        |
|----------------------|------|---------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| ТТК № 56             | 56/1 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                 | 120 | 6,46  | 8,82  | 3,54  | 138,60 |
| ТТК № 22             | 22/1 | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ) | 30  | 0,86  | 1,09  | 1,51  | 18,00  |
| ТТК № 10             | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 20  | 1,50  | 0,54  | 10,60 | 53,60  |
| ТТК № 92             | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                     | 180 | 2,08  | 1,70  | 11,76 | 73,35  |
| Итого за прием пищи: |      |                                                   | 350 | 10,90 | 12,15 | 27,41 | 283,55 |

##### II Завтрак

|                      |      |                     |     |      |      |      |       |
|----------------------|------|---------------------|-----|------|------|------|-------|
| ТТК № 73             | 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 №54              | 54/1  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)             | 40  | 0,28  | 0,04  | 0,76  | 4,80   |
| ТТК № 70             | 70/1  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 180 | 2,35  | 6,34  | 11,13 | 100,64 |
| ТТК № 11             | 11/1  | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)           | 60  | 6,43  | 6,78  | 8,65  | 131,40 |
| ТТК № 109            | 109/1 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                    | 120 | 3,98  | 4,87  | 31,77 | 136,50 |
| ТТК № 89             | 89/1  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ              | 20  | 1,30  | 0,22  | 9,26  | 44,20  |
| ТТК № 10             | 10/1  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                             | 20  | 1,50  | 0,54  | 10,60 | 53,60  |
| ТТК № 48             | 48/1  | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ                          | 150 | 0,15  | 0,03  | 9,62  | 40,22  |
| Итого за прием пищи: |       |                                               | 590 | 15,99 | 18,82 | 81,79 | 511,36 |

##### Полдник

|                      |       |                                       |     |       |       |        |          |
|----------------------|-------|---------------------------------------|-----|-------|-------|--------|----------|
| ТТК № 164            | 164/1 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЁЖИКИ" | 60  | 5,55  | 5,63  | 8,03   | 100,10   |
| ТТК № 156            | 156/1 | ПУДИНГ ОВОЩНОЙ                        | 120 | 2,84  | 5,14  | 12,80  | 100,90   |
| ТТК № 89             | 89/2  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ      | 20  | 1,30  | 0,22  | 9,26   | 44,20    |
| ТТК № 98             | 98/2  | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                      | 180 | 0,95  | 0,05  | 24,48  | 104,04   |
| ТТК № 19             | 19/1  | ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ              | 20  | 0,80  | 5,40  | 12,40  | 102,00   |
| Итого за прием пищи: |       |                                       | 400 | 11,44 | 16,44 | 66,97  | 451,24   |
| Всего за день:       |       |                                       |     | 42,68 | 51,16 | 182,47 | 1 322,82 |

#### 5 день

##### Завтрак

|                      |      |                                                 |     |      |      |       |        |
|----------------------|------|-------------------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| ТТК № 36             | 36/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 2,07 | 5,31 | 17,06 | 133,23 |
| ТТК № 10             | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                               | 20  | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,60  |
| ТТК № 44             | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                      | 180 | 2,34 | 1,70 | 13,89 | 83,12  |
| Итого за прием пищи: |      |                                                 | 350 | 5,91 | 7,55 | 41,55 | 269,95 |

##### II Завтрак

|                      |      |                   |     |      |      |      |       |
|----------------------|------|-------------------|-----|------|------|------|-------|
| ТТК № 38             | 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  | 54/2 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)                  | 40  | 0,44 | 0,08 | 1,52 | 8,80  |
| ТТК № 94 | 94/1 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 180 | 2,20 | 4,58 | 5,78 | 90,19 |

|                             |       |                                  |            |              |              |              |               |
|-----------------------------|-------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 142                   | 142/1 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ      | 60         | 6,12         | 2,93         | 6,78         | 94,50         |
| ТТК № 127                   | 127/1 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                | 120        | 1,61         | 3,84         | 17,21        | 109,80        |
| ТТК № 89                    | 89/1  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20         | 1,30         | 0,22         | 9,26         | 44,20         |
| ТТК № 10                    | 10/1  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20         | 1,50         | 0,54         | 10,60        | 53,60         |
| ТТК № 113                   | 113/3 | СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)       | 150        | 0,45         | 0,00         | 24,75        | 102,00        |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |                                  | <b>590</b> | <b>13,62</b> | <b>12,19</b> | <b>75,90</b> | <b>503,09</b> |

#### Полдник

|                             |       |                                     |            |              |              |               |                 |
|-----------------------------|-------|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ТТК № 67                    | 67/1  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ         | 60         | 5,04         | 5,88         | 5,40          | 122,10          |
| ТТК № 133                   | 133/1 | МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 115        | 1,04         | 4,04         | 10,97         | 78,82           |
| ТТК № 89                    | 89/2  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ    | 20         | 1,30         | 0,22         | 9,26          | 44,20           |
| ТТК № 90                    | 90/2  | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                      | 150/10     | 0,12         | 0,03         | 6,48          | 26,24           |
| ТТК № 18                    | 18/1  | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                 | 40         | 3,37         | 3,56         | 17,16         | 110,94          |
| ТТК № 1                     | 1/7   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)           | 95         | 0,76         | 0,19         | 7,13          | 36,10           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |                                     | <b>490</b> | <b>11,63</b> | <b>13,92</b> | <b>56,40</b>  | <b>418,40</b>   |
| <b>Всего за день:</b>       |       |                                     |            | <b>35,51</b> | <b>37,41</b> | <b>179,85</b> | <b>1 266,44</b> |

### 6 день

#### Завтрак

|                             |      |                                                            |            |             |              |              |               |
|-----------------------------|------|------------------------------------------------------------|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 33                    | 33/2 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150        | 3,03        | 5,18         | 16,39        | 107,83        |
| ТТК № 16                    | 16/1 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                          | 30         | 3,82        | 3,49         | 10,60        | 90,00         |
| ТТК № 97                    | 97/1 | КАКАО С МОЛОКОМ                                            | 180        | 2,95        | 2,47         | 15,15        | 96,10         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |                                                            | <b>360</b> | <b>9,80</b> | <b>11,14</b> | <b>42,14</b> | <b>293,93</b> |

#### II Завтрак

|                             |      |                             |            |             |             |              |              |
|-----------------------------|------|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| ТТК № 29                    | 29/1 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% | 150        | 4,20        | 3,75        | 16,50        | 81,00        |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |                             | <b>150</b> | <b>4,20</b> | <b>3,75</b> | <b>16,50</b> | <b>81,00</b> |

#### Обед

|                             |      |                                                   |            |              |              |              |               |
|-----------------------------|------|---------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК №55                     | 55/1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)               | 40         | 0,32         | 0,04         | 0,68         | 4,00          |
| ТТК № 12                    | 12/1 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 180        | 2,23         | 6,30         | 8,59         | 105,44        |
| ТТК № 42                    | 42/1 | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ                                  | 60         | 5,71         | 9,55         | 7,28         | 142,68        |
| ТТК № 52                    | 52/1 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)              | 120        | 1,84         | 4,56         | 12,92        | 99,20         |
| ТТК № 89                    | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 20         | 1,30         | 0,22         | 9,26         | 44,20         |
| ТТК № 10                    | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 20         | 1,50         | 0,54         | 10,60        | 53,60         |
| ТТК № 41                    | 41/1 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                       | 150        | 0,47         | 0,00         | 14,36        | 58,83         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |                                                   | <b>590</b> | <b>13,37</b> | <b>21,21</b> | <b>63,69</b> | <b>507,95</b> |

#### Полдник

|                             |       |                                  |            |              |              |               |                 |
|-----------------------------|-------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ТТК № 87                    | 87/1  | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                    | 60         | 6,61         | 4,81         | 3,22          | 91,50           |
| ТТК № 119                   | 119/1 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ     | 115        | 1,39         | 3,54         | 15,46         | 99,20           |
| ТТК № 89                    | 89/2  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20         | 1,30         | 0,22         | 9,26          | 44,20           |
| ТТК № 93                    | 93/2  | ЧАЙ С САХАРОМ                    | 150        | 0,08         | 0,00         | 5,16          | 20,94           |
| ТТК № 145                   | 145/1 | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"               | 40         | 2,56         | 2,40         | 23,36         | 125,60          |
| ТТК № 1                     | 1/8   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)           | 95         | 0,38         | 0,38         | 9,31          | 44,65           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |                                  | <b>480</b> | <b>12,32</b> | <b>11,35</b> | <b>65,77</b>  | <b>426,09</b>   |
| <b>Всего за день:</b>       |       |                                  |            | <b>39,69</b> | <b>47,45</b> | <b>188,10</b> | <b>1 308,97</b> |

### 7 день



| Завтрак              |       |                                                   |       |       |       |        |          |
|----------------------|-------|---------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|----------|
| ТТК № 118            | 118/1 | КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)             | 150   | 3,14  | 4,92  | 20,28  | 142,60   |
| ТТК № 13             | 13/1  | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                | 30    | 1,55  | 0,54  | 17,06  | 77,90    |
| ТТК № 92             | 92/1  | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                     | 180   | 2,08  | 1,70  | 11,76  | 73,35    |
| Итого за прием пищи: |       |                                                   | 360   | 6,77  | 7,16  | 49,10  | 293,85   |
| II Завтрак           |       |                                                   |       |       |       |        |          |
| ТТК № 73             | 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             | 20/1  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                                  | 40    | 0,56  | 4,04  | 2,64   | 49,20    |
| ТТК № 84             | 84/1  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)                        | 180   | 4,00  | 1,83  | 12,45  | 88,28    |
| ТТК № 43             | 43/1  | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ                        | 60    | 7,98  | 2,92  | 10,85  | 105,75   |
| ТТК № 148            | 148/1 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ    | 120   | 1,53  | 3,74  | 19,61  | 93,69    |
| ТТК № 89             | 89/1  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 20    | 1,30  | 0,22  | 9,26   | 44,20    |
| ТТК № 10             | 10/1  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 20    | 1,50  | 0,54  | 10,60  | 53,60    |
| ТТК № 113            | 113/1 | СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)                          | 150   | 0,75  | 0,15  | 15,15  | 69,00    |
| Итого за прием пищи: |       |                                                   | 590   | 17,62 | 13,44 | 80,56  | 503,72   |
| Полдник              |       |                                                   |       |       |       |        |          |
| ТТК № 25             | 25/1  | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                              | 130   | 9,19  | 11,79 | 26,17  | 268,53   |
| ТТК № 80             | 80/1  | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)                           | 20    | 0,36  | 0,92  | 2,60   | 20,00    |
| ТТК № 91             | 91/1  | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                     | 150/7 | 0,14  | 0,01  | 5,37   | 23,32    |
| ТТК № 60             | 60/1  | ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ                        | 20    | 1,40  | 2,60  | 14,60  | 88,00    |
| ТТК № 1              | 1/2   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)                         | 95    | 0,86  | 0,19  | 7,70   | 40,85    |
| Итого за прием пищи: |       |                                                   | 422   | 11,95 | 15,51 | 56,44  | 440,70   |
| Всего за день:       |       |                                                   |       | 40,69 | 39,86 | 192,40 | 1 314,94 |
| 8 день               |       |                                                   |       |       |       |        |          |
| Завтрак              |       |                                                   |       |       |       |        |          |
| ТТК № 56             | 56/1  | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                 | 120   | 6,46  | 8,82  | 3,54   | 138,60   |
| ТТК № 22             | 22/1  | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый) | 30    | 0,86  | 1,09  | 1,51   | 18,00    |
| ТТК № 10             | 10/1  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 20    | 1,50  | 0,54  | 10,60  | 53,60    |
| ТТК № 44             | 44/1  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                        | 180   | 2,34  | 1,70  | 13,89  | 83,12    |
| Итого за прием пищи: |       |                                                   | 350   | 11,16 | 12,15 | 29,54  | 293,32   |
| II Завтрак           |       |                                                   |       |       |       |        |          |
| ТТК № 38             | 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              | 54/1  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)                 | 40    | 0,28  | 0,04  | 0,76   | 4,80     |
| ТТК № 161            | 161/1 | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)                     | 180   | 2,54  | 5,20  | 8,15   | 80,83    |
| ТТК № 11             | 11/2  | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)               | 60    | 6,43  | 6,78  | 8,65   | 131,40   |
| ТТК № 158            | 158/1 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)                        | 120   | 1,52  | 5,13  | 12,95  | 92,79    |
| ТТК № 89             | 89/1  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 20    | 1,30  | 0,22  | 9,26   | 44,20    |
| ТТК № 10             | 10/1  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 20    | 1,50  | 0,54  | 10,60  | 53,60    |
| ТТК № 98             | 98/1  | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                                  | 150   | 0,79  | 0,05  | 20,62  | 86,70    |



|                             |       |                                     |     |        |        |          |           |
|-----------------------------|-------|-------------------------------------|-----|--------|--------|----------|-----------|
| ТТК № 73                    | 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 №54                     | 54/2  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ) | 40  | 0,44   | 0,08   | 1,52     | 8,80      |
| ТТК № 71                    | 71/1  | РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)     | 180 | 2,10   | 6,70   | 9,79     | 99,30     |
| ТТК № 67                    | 67/2  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ         | 60  | 5,04   | 5,88   | 5,40     | 122,10    |
| ТТК № 45                    | 45/1  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ         | 110 | 2,38   | 3,31   | 20,18    | 119,47    |
| ТТК № 79                    | 79/1  | СОУС МОЛОЧНЫЙ                       | 20  | 0,40   | 1,24   | 1,32     | 18,00     |
| ТТК № 89                    | 89/1  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ    | 20  | 1,30   | 0,22   | 9,26     | 44,20     |
| ТТК № 10                    | 10/1  | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 20  | 1,50   | 0,54   | 10,60    | 53,60     |
| ТТК № 40                    | 40/2  | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)      | 150 | 0,12   | 0,09   | 8,08     | 34,05     |
| Итого за прием пищи:        |       |                                     | 600 | 13,28  | 18,06  | 66,15    | 499,52    |
| Полдник                     |       |                                     |     |        |        |          |           |
| ТТК № 21                    | 21/1  | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                     | 170 | 10,12  | 17,17  | 13,09    | 247,80    |
| ТТК № 89                    | 89/2  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ    | 20  | 1,30   | 0,22   | 9,26     | 44,20     |
| ТТК № 113                   | 113/4 | СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)          | 150 | 0,45   | 0,00   | 24,75    | 102,00    |
| ТТК № 1                     | 1/8   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)              | 95  | 0,38   | 0,38   | 9,31     | 44,65     |
| Итого за прием пищи:        |       |                                     | 435 | 12,25  | 17,77  | 56,41    | 438,65    |
| Всего за день:              |       |                                     |     | 37,32  | 46,61  | 177,92   | 1 307,66  |
| Всего за 10 ДНЕЙ:           |       |                                     |     | 394,52 | 442,47 | 1 864,86 | 13 001,66 |
| Среднее значение за период: |       |                                     |     | 39,45  | 44,25  | 186,49   | 1300,17   |

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

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 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. Талешкина,- 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.

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