

"СОГЛАСОВАНО"

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №23 Курортного района Санкт-Петербурга



/Головина Т.В./

2024 г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "Воскресенье"



/Савельева М.П./

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								
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 - "ЕЖИКИ"	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
Итого за прием пищи:			590	13,62	12,19	75,90	503,09

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
Итого за прием пищи:			490	11,63	13,92	56,40	418,40
Всего за день:				35,51	37,41	179,85	1 266,44

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
Итого за прием пищи:			360	9,80	11,14	42,14	293,93

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 №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
Итого за прием пищи:			590	13,37	21,21	63,69	507,95
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
Итого за прием пищи:			480	12,32	11,35	65,77	426,09
Всего за день:				39,69	47,45	188,10	1 308,97
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
Итого за прием пищи:			590	14,36	17,96	70,99	494,32

Полдник

ТТК № 152	152/1	КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	60	7,56	6,84	5,81	107,04
ТТК № 157	157/1	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (1 ВАРИАНТ)	115	1,04	2,88	11,35	89,60
ТТК № 89	89/2	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,20
ТТК № 40	40/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,12	0,12	7,93	34,05
ТТК № 146	146/1	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	2,88	0,72	22,72	96,00
ТТК № 1	1/5	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	95	0,38	0,29	9,79	44,65
Итого за прием пищи:			480	13,28	11,07	66,86	415,54
Всего за день:				43,15	44,93	173,39	1 278,18

9 день**Завтрак**

ТТК № 32	32/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,85	4,12	15,19	118,30
ТТК № 15	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,53	4,67	10,64	91,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 90	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	170/10	0,13	0,03	6,50	26,37
Итого за прием пищи:			375	6,01	9,36	42,93	289,27

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 № 160	160/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,63	2,07	7,86	49,27
-----------	-------	-------------------------------	----	------	------	------	-------

ТТК № 134	134/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3,13	4,11	8,89	84,48
ТТК № 110	110/1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	60	5,73	2,82	6,50	82,13
ТТК № 127	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1,61	3,84	17,21	109,80
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 № 113	113/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0,75	0,00	19,05	82,50
Итого за прием пищи:			590	14,65	13,60	79,37	505,98

Полдник

ТТК № 163	163/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	5,14	6,86	4,94	107,53
ТТК № 147	147/1	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	115	2,73	6,18	22,83	154,48
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 № 96	96/2	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	3,28	2,24	20,32	112,00
Итого за прием пищи:			415	12,55	15,50	63,55	443,39
Всего за день:				37,41	42,21	202,35	1 319,64

10 день

Завтрак

ТТК № 35	35/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,81	4,79	20,24	141,57
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	7,44	7,03	49,06	292,82

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	54/2	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 Технико-технологических карт, разработанных ООО "Воскресенье"

Технико-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 рецептов 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, рецептов 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 рецептов 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.

"СОГЛАСОВАНО"
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №23 Курортного района Санкт-Петербурга

Головина Т.В./

2024 г.



"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Воскресенье"

Савельева М.П./

2024 г.



Циклическое 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

1 день							
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 33	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,35	5,60	20,77	132,83
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 28	28/1	ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	0,18	0,00	26,25	105,00
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,10	1,70	11,80	73,60
Итого за прием пищи:			415	9,13	7,84	69,42	365,03
II Завтрак							
ТТК № 113	113/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180	0,90	0,18	18,18	82,80
Итого за прием пищи:			180	0,90	0,18	18,18	82,80
Обед							
ТТК №54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60	0,42	0,06	1,14	7,20
ТТК № 12	12/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,60	7,49	10,81	121,90
ТТК № 87	87/1	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	8,81	6,41	4,29	122,00

ТТК № 149	149/1	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	140	2,02	8,30	22,74	152,60
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,33	13,89	66,30
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 50	50/1	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,61	0,25	16,67	83,04
Итого за прием пищи:			710	17,91	23,38	80,14	606,64
Полдник							
ТТК № 124	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	12,21	19,17	20,37	272,86
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 № 93	93/3	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25,18
ТТК № 145	145/1	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,20	3,00	29,20	157,00
Итого за прием пищи:			470	18,31	22,93	75,63	552,84
Всего за день:				46,25	54,33	243,37	1 607,31
2 день							
Завтрак							
ТТК № 34	34/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,73	4,67	25,48	160,50
ТТК № 13	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,60	0,54	24,92	107,60
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,40	1,70	14,20	88,40
Итого за прием пищи:			400	9,73	6,91	64,60	356,50
II Завтрак							
ТТК № 38	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	90,00
Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,20	90,00
Обед							
ТТК №54	54/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
ТТК № 81	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((С ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	4,71	4,17	21,02	128,23
ТТК № 153	153/1	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	80	6,31	10,32	8,98	171,00
ТТК № 45	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	3,03	4,21	25,68	152,06
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	180	0,12	0,11	17,95	74,97
Итого за прием пищи:			700	17,63	19,69	95,77	637,26
Полдник							
ТТК № 25	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	12,01	15,41	34,23	361,23
ТТК № 80	80/1	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,54	1,38	3,90	30,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 90	90/3	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,16	0,05	9,66	43,04
ТТК № 1	1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			515	15,11	17,58	66,49	530,87
Всего за день:				47,69	48,68	234,06	1 614,63

3 день**Завтрак**

ТТК № 37	37/1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	180	2,88	8,10	24,12	126,00
ТТК № 17	17/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5,01	9,10	10,64	145,60
ТТК № 97	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,00	2,50	15,20	98,80
Итого за прием пищи:			400	10,89	19,70	49,96	370,40

II Завтрак

ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,50	19,80	97,20
Итого за прием пищи:			180	5,04	4,50	19,80	97,20

Обед

ТТК № 159	159/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	1,84	4,97	4,55	62,34
ТТК № 134	134/2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	200	3,82	5,44	9,83	92,46
ТТК № 162	162/1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	8,48	9,28	14,60	177,60
ТТК № 130	130/1	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	140	2,30	3,48	19,43	115,16
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,33	13,89	66,30
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 41	41/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,56	0,00	17,18	70,44
Итого за прием пищи:			710	20,45	24,04	90,08	637,90

Полдник

ТТК № 68	68/1	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	6,50	7,63	8,46	118,00
ТТК № 53	53/1	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	1,23	3,02	12,32	69,44
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 № 113	113/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0,90	0,00	22,86	99,00
ТТК № 96	96/1	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,10	2,80	25,40	140,00
ТТК № 1	1/8	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			590	15,93	14,61	98,70	571,24
Всего за день:				52,31	62,85	258,54	1 676,74

4 день**Завтрак**

ТТК № 56	56/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	9,15	12,50	5,02	198,35
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	2,10	1,70	11,80	73,60
Итого за прием пищи:			400	13,61	15,83	28,93	343,55

II Завтрак

ТТК № 73	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,56	92,00
Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,56	92,00

Обед

ТТК №54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60	0,42	0,06	1,14	7,20
---------	------	-----------------------------------	----	------	------	------	------

ТТК № 70	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,83	7,55	13,46	118,50
ТТК № 11	11/1	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	80	8,58	9,04	11,53	175,20
ТТК № 109	109/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	4,64	5,69	37,07	159,25
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,33	13,89	66,30
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 48	48/1	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,18	0,04	11,58	48,41
Итого за прием пищи:			710	20,10	23,25	99,27	628,46

Полдник

ТТК № 164	164/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКИ"	80	7,40	7,50	10,70	144,13
ТТК № 156	156/1	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	140	3,46	6,26	15,58	136,71
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 № 98	98/2	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,95	0,05	24,48	104,04
ТТК № 1	1/6	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:			540	15,41	14,77	78,12	520,68
Всего за день:				54,34	58,35	213,88	1 584,69

5 день

Завтрак

ТТК № 36	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	3,55	5,55	20,58	147,83
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 60	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,40	1,70	14,20	88,40
Итого за прием пищи:			400	8,85	10,39	59,98	377,83

II Завтрак

ТТК № 38	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	90,00
Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,20	90,00

Обед

ТТК №54	54/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
ТТК № 94	94/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,84	5,45	7,46	105,97
ТТК № 142	142/1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	8,16	3,90	9,04	126,00
ТТК № 127	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	1,88	4,48	20,08	128,10
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,33	13,89	66,30
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 113	113/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0,54	0,00	29,70	122,40
Итого за прием пищи:			710	17,53	14,82	93,05	615,57

Полдник

ТТК № 67	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	6,72	7,84	7,20	162,80
ТТК № 133	133/1	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	1,26	4,92	13,36	95,96
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 № 91	91/2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0,16	0,01	6,41	27,56
ТТК № 18	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	4,21	4,45	21,45	138,67
Итого за прием пищи:			497	15,15	17,98	68,28	522,79
Всего за день:			46,75	47,69	228,51	1 606,19	

6 день

Завтрак

ТТК № 33	33/2	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,35	5,60	20,77	132,83
ТТК № 17	17/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5,01	9,10	10,64	145,60
ТТК № 97	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,00	2,50	15,20	98,80
Итого за прием пищи:			400	13,36	17,20	46,61	377,23

II Завтрак

ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,50	19,80	97,20
Итого за прием пищи:			180	5,04	4,50	19,80	97,20

Обед

ТТК №55	55/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0,48	0,06	1,02	6,00
ТТК № 12	12/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,67	7,49	10,81	121,90
ТТК № 42	42/1	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	7,62	12,74	9,71	190,24
ТТК № 52	52/1	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	140	2,15	5,32	15,07	115,73
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,33	13,89	66,30
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 41	41/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,56	0,00	17,18	70,44
Итого за прием пищи:			710	16,93	26,48	78,28	624,21

Полдник

ТТК № 87	87/1	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	8,81	6,41	4,29	122,00
ТТК № 119	119/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	1,69	4,31	18,82	120,76
ТТК № 89	89/2	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,20
ТТК № 90	90/3	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,16	0,05	9,66	43,04
ТТК № 145	145/1	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,20	3,00	29,20	157,00
ТТК № 1	1/8	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			585	15,56	14,39	81,03	534,00
Всего за день:			50,89	62,57	225,72	1 632,64	

7 день

Завтрак

ТТК № 118	118/1	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	180	3,89	5,90	28,51	171,12
ТТК № 13	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,60	0,54	24,92	107,60
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,10	1,70	11,80	73,60
Итого за прием пищи:			400	7,59	8,14	65,23	352,32

II Завтрак

ТТК № 73	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,56	92,00
Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,56	92,00

Обед

ТТК № 20	20/1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,84	6,06	3,96	73,80
ТТК № 84	84/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)	200	3,92	2,57	15,97	103,62
ТТК № 43	43/1	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	10,64	3,89	14,46	141,00
ТТК № 148	148/1	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	1,78	4,43	22,88	109,31
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,33	13,89	66,30
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 113	113/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180	0,90	0,18	18,18	82,80
Итого за прием пищи:			710	21,53	18,00	99,94	630,43

Полдник

ТТК № 25	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	12,01	15,41	34,23	361,23
ТТК № 80	80/1	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,54	1,38	3,90	30,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 93	93/3	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25,18
ТТК № 1	1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:			500	14,55	17,63	65,23	517,01
Всего за день:				48,89	48,27	237,96	1 591,76

8 день

Завтрак

ТТК № 56	56/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	9,15	12,50	5,02	198,35
ТТК № 22	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ)	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	2,40	1,70	14,20	88,40
Итого за прием пищи:			400	13,91	15,83	31,33	358,35

II Завтрак

ТТК № 38	38/1	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	90,00
Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,20	90,00

Обед

ТТК №54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60	0,42	0,06	1,14	7,20
ТТК № 141	141/1	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	200	4,38	5,44	18,94	112,70
ТТК № 11	11/2	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	80	8,58	9,04	11,53	175,20
ТТК № 158	158/1	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	140	1,78	5,98	15,11	108,26
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,33	13,89	66,30
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 98	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,95	0,05	25,78	104,04
Итого за прием пищи:			710	19,56	21,44	96,99	627,30

Полдник

ТТК № 152	152/1	КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	80	10,08	9,12	7,74	142,72
ТТК № 121	121/1	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	140	2,11	4,63	33,28	122,50

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 № 40	40/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,14	0,14	9,52	40,86
ТТК № 146	146/1	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	3,60	0,90	28,40	120,00
ТТК № 1	1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			590	19,63	15,75	106,90	566,88
Всего за день:				58,32	57,52	242,42	1 642,53

9 день

Завтрак

ТТК № 32	32/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4,37	4,32	22,97	141,50
ТТК № 15	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,53	4,67	10,64	91,00
ТТК № 19	19/1	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	12,40	102,00
ТТК № 90	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,16	0,05	9,66	43,04
Итого за прием пищи:			420	6,86	14,44	55,67	377,54

II Завтрак

ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,50	19,80	97,20
Итого за прием пищи:			180	5,04	4,50	19,80	97,20

Обед

ТТК № 160	160/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60	0,94	3,11	11,80	73,90
ТТК № 134	134/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3,77	4,85	10,95	100,76
ТТК № 110	110/1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	80	7,64	3,76	8,67	109,50
ТТК № 127	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	1,88	4,48	20,08	128,10
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 № 113	113/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0,90	0,00	22,86	99,00
Итого за прием пищи:			700	17,93	16,96	94,22	609,06

Полдник

ТТК № 163	163/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80	6,86	9,14	6,59	143,37
ТТК № 147	147/1	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	140	3,32	7,52	27,79	188,07
ТТК № 89	89/2	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,22	9,26	44,20
ТТК № 91	91/2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0,16	0,01	6,41	27,56
ТТК № 18	18/2	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	4,21	4,45	21,45	138,67
Итого за прием пищи:			477	15,85	21,34	71,50	541,87
Всего за день:				45,68	57,24	241,19	1 625,67

10 день

Завтрак

ТТК № 35	35/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,53	5,13	26,02	173,17
ТТК № 13	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,60	0,54	24,92	107,60
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,10	1,70	11,80	73,60
Итого за прием пищи:			400	9,23	7,37	62,74	354,37

II Завтрак

ТТК № 73	73/1	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,56	92,00
Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,56	92,00
Обед							
ТТК №54	54/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
ТТК № 71	71/1	РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,53	7,51	11,96	117,24
ТТК № 59	59/1	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	7,54	9,60	7,24	173,00
ТТК № 45	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	3,03	4,21	25,68	152,06
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,33	13,89	66,30
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 40	40/2	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0,14	0,11	9,70	40,86
Итого за прием пищи:			710	17,35	22,42	81,35	616,26
Полдник							
ТТК № 21	21/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	11,90	20,20	15,40	291,53
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 № 150	150/1	КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,42	0,09	30,53	126,81
ТТК № 1	1/8	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			520	15,52	21,45	75,59	563,14
Всего за день:				47,32	55,74	227,24	1 625,77
Всего за 10 ДНЕЙ:				498,44	553,24	2 352,89	16 207,93
Среднее значение за период:				49,84	55,32	235,29	1620,79

Реестр Техничко-технологических карт, разработанных ООО "Воскресенье"

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. 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.

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