

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 47
Приморского района Санкт-Петербурга

 /Викторова О.В./

" 17 " Октябрь 2025 г.

" УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"



Костенюк О.Ю./

2025 г.

Цикличное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих с 11-12 часовым пребыванием (завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник) дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

| 1 день | | | | | | | |
|----------------------------|-------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 34/1 | 34/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 3,98 | 5,60 | 24,32 | 166,30 |
| ТТК № 13/1 | 13/1 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,60 | 0,54 | 24,60 | 109,66 |
| ТТК № 92/1 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,10 | 1,70 | 11,51 | 69,74 |
| Итого за прием пищи: | | | 400 | 7,68 | 7,84 | 60,43 | 345,70 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 113/1 | 113/1/3 | 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 № 131/1 | 131/1 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 60 | 0,96 | 3,06 | 4,62 | 49,86 |
| ТТК № 12/1 | 12/1 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 200 | 2,50 | 6,52 | 9,61 | 107,17 |
| ТТК № 87/1 | 87/1 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 80 | 8,72 | 5,61 | 6,49 | 118,34 |
| ТТК № 149/1 | 149/1 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ | 140 | 2,10 | 2,88 | 25,10 | 134,76 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,95 | 0,33 | 13,89 | 66,33 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 50/1 | 50/1 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,61 | 0,25 | 16,67 | 71,37 |
| Итого за прием пищи: | | | 710 | 18,34 | 19,19 | 86,98 | 601,09 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | |
| ТТК № 124/1 | 124/1 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 11,00 | 15,50 | 13,90 | 239,10 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,22 | 9,26 | 44,22 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 93/1 | 93/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,10 | 0,00 | 6,20 | 25,20 |
| ТТК № 145/1 | 145/1 | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" | 50 | 3,00 | 3,20 | 30,30 | 162,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 470 | 16,90 | 19,46 | 70,26 | 523,78 |
| Всего за день: | | | | 43,82 | 46,67 | 235,85 | 1 553,37 |
| 2 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 33/1 | 33/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 3,42 | 5,60 | 17,50 | 133,40 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 28/1 | 28/1 | ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 35 | 0,18 | 0,00 | 26,25 | 105,00 |

| | | | | | | | |
|-----------------------------|---------|--|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ТТК № 44/1 | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,40 | 1,90 | 14,83 | 86,02 |
| Итого за прием пищи: | | | 415 | 7,50 | 8,04 | 69,18 | 377,68 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 38/1 | 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 № 20/1 | 20/1 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 60 | 0,84 | 6,06 | 3,96 | 73,74 |
| ТТК № 81/1 | 81/1 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((С ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА) | 200 | 3,73 | 3,41 | 16,54 | 111,77 |
| ТТК № 153/1 | 153/1 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | 80 | 6,90 | 8,72 | 7,80 | 137,29 |
| ТТК № 45/1 | 45/1 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 140 | 2,91 | 4,21 | 26,64 | 147,73 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,22 | 9,26 | 44,22 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 129/1 | 129/1 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК | 180 | 0,12 | 0,11 | 17,95 | 73,27 |
| Итого за прием пищи: | | | 700 | 17,30 | 23,27 | 92,75 | 641,28 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | |
| ТТК № 25/1 | 25/1 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 170 | 14,06 | 15,42 | 29,12 | 314,74 |
| ТТК № 26/1 | 26/1 | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ) | 25 | 1,80 | 2,13 | 13,88 | 81,83 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 90/1 | 90/1 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 180/15 | 0,16 | 0,05 | 9,66 | 39,73 |
| ТТК № 1/1 | 1/1/1 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 510 | 18,42 | 18,34 | 71,36 | 532,56 |
| Всего за день: | | | | 48,44 | 54,15 | 240,49 | 1 641,52 |
| 3 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 32/1 | 32/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 2,93 | 4,90 | 19,53 | 133,94 |
| ТТК № 17/1 | 17/1 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ | 40 | 5,03 | 9,12 | 10,65 | 144,51 |
| ТТК № 97/1 | 97/1 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,20 | 2,50 | 15,60 | 97,70 |
| Итого за прием пищи: | | | 400 | 11,16 | 16,52 | 45,78 | 376,15 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 29/1 | 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 № 381/1 | 381/1 | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С СЫРОМ | 60 | 2,05 | 5,41 | 3,49 | 70,88 |
| ТТК № 134/1/2 | 134/1/2 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ) | 200 | 3,55 | 4,27 | 7,83 | 83,98 |
| ТТК № 67/1 | 67/1 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | 80 | 7,52 | 9,44 | 7,20 | 143,84 |
| ТТК № 130/1 | 130/1 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ | 140 | 2,16 | 3,06 | 18,85 | 111,57 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,95 | 0,33 | 13,89 | 66,33 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 41/1 | 41/1 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,56 | 0,00 | 17,18 | 70,96 |
| Итого за прием пищи: | | | 710 | 19,29 | 23,05 | 79,04 | 600,82 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | |
| ТТК № 68/1 | 68/1 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 80 | 6,72 | 8,48 | 4,72 | 114,08 |
| ТТК № 53/1 | 53/1 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 140 | 1,46 | 2,07 | 10,96 | 68,30 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,22 | 9,26 | 44,22 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 113/1 | 113/1/1 | СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ) | 180 | 0,90 | 0,00 | 22,86 | 99,00 |
| ТТК № 96/1 | 96/1 | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" | 50 | 4,00 | 3,00 | 22,24 | 131,96 |

| | | | | | | | |
|-----------------------------|--------|--|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ТТК № 1/1 | 1/1/4 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 590 | 16,28 | 14,71 | 90,44 | 557,82 |
| Всего за день: | | | | 51,77 | 58,78 | 235,06 | 1 631,99 |
| 4 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 122/1 | 122/1 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 170 | 13,33 | 11,90 | 3,08 | 189,72 |
| ТТК № 22/1 | 22/1/1 | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый) | 30 | 0,86 | 1,09 | 1,51 | 19,29 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,25 | 0,81 | 15,90 | 79,89 |
| ТТК № 92/1 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,10 | 1,70 | 11,51 | 69,74 |
| Итого за прием пищи: | | | 410 | 18,54 | 15,50 | 32,00 | 358,64 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 73/1 | 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 № 362/1 | 362/1 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 60 | 0,84 | 3,61 | 4,96 | 55,68 |
| ТТК № 94/1 | 94/1 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 200 | 2,77 | 4,57 | 6,46 | 78,07 |
| ТТК № 11/1 | 11/1/1 | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ) | 80 | 9,38 | 9,84 | 11,33 | 171,38 |
| ТТК № 109/1 | 109/1 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 140 | 3,83 | 4,57 | 31,59 | 162,44 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,95 | 0,33 | 13,89 | 66,33 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 48/1 | 48/1 | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 180 | 0,18 | 0,04 | 11,58 | 47,40 |
| Итого за прием пищи: | | | 710 | 20,45 | 23,50 | 90,41 | 634,56 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | |
| ТТК № 164/1 | 164/1 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЁЖИКИ" | 80 | 6,80 | 7,30 | 11,30 | 134,92 |
| ТТК № 156/1 | 156/1 | ПУДИНГ ОВОЩНОЙ | 140 | 2,58 | 7,08 | 12,94 | 108,91 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,95 | 0,33 | 13,89 | 66,33 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,25 | 0,81 | 15,90 | 79,89 |
| ТТК № 98/1 | 98/1 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,95 | 0,05 | 24,48 | 102,17 |
| ТТК № 1/1 | 1/1/3 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ) | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 560 | 15,33 | 15,77 | 86,01 | 530,22 |
| Всего за день: | | | | 59,54 | 59,27 | 215,98 | 1 615,42 |
| 5 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 36/1 | 36/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 2,95 | 5,37 | 22,92 | 149,97 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 60/1 | 60/1 | ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ | 20 | 1,40 | 2,60 | 14,60 | 88,00 |
| ТТК № 44/1 | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,40 | 1,90 | 14,83 | 86,02 |
| Итого за прием пищи: | | | 400 | 8,25 | 10,41 | 62,95 | 377,25 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 38/1 | 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 № 178/1 | 178/1 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60 | 0,80 | 3,10 | 5,20 | 51,50 |
| ТТК № 71/1 | 71/1 | РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 200 | 2,36 | 6,45 | 9,85 | 106,88 |
| ТТК № 142/1 | 142/1 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ | 80 | 8,00 | 3,90 | 9,04 | 103,22 |
| ТТК № 127/1 | 127/1 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 140 | 2,02 | 4,34 | 19,50 | 125,14 |

| | | | | | | | |
|-----------------------------|---------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,95 | 0,33 | 13,89 | 66,33 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 113/1 | 113/1/2 | СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ) | 180 | 0,54 | 0,00 | 29,70 | 122,40 |
| Итого за прием пищи: | | | 710 | 17,17 | 18,66 | 97,78 | 628,73 |

Уплотненный полдник

| | | | | | | | |
|-----------------------------|-------|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ТТК № 162/1 | 162/1 | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ | 80 | 7,76 | 9,28 | 13,60 | 176,96 |
| ТТК № 133/1 | 133/1 | МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 140 | 1,26 | 4,22 | 11,26 | 88,04 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,22 | 9,26 | 44,22 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 91/1 | 91/1 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/7 | 0,16 | 0,01 | 6,41 | 26,37 |
| ТТК № 18/1 | 18/1 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 50 | 4,56 | 3,80 | 20,50 | 134,44 |
| Итого за прием пищи: | | | 497 | 16,54 | 18,07 | 71,63 | 523,29 |
| Всего за день: | | | | 47,18 | 51,64 | 239,56 | 1 619,27 |

6 день

Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 33/1 | 33/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 3,42 | 5,60 | 17,50 | 133,40 |
| ТТК № 17/1 | 17/1 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ | 40 | 5,03 | 9,12 | 10,65 | 144,51 |
| ТТК № 97/1 | 97/1 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,20 | 2,50 | 15,60 | 97,70 |
| Итого за прием пищи: | | | 400 | 11,65 | 17,22 | 43,75 | 375,61 |

II Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| ТТК № 29/1 | 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 №380/1 | 380/1 | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ | 60 | 1,62 | 3,06 | 1,56 | 40,26 |
| ТТК № 12/1 | 12/1 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 200 | 2,50 | 6,52 | 9,61 | 107,17 |
| ТТК № 42/1 | 42/1 | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ | 80 | 8,42 | 10,34 | 8,91 | 162,34 |
| ТТК № 52/1 | 52/1 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 140 | 2,24 | 5,32 | 13,07 | 109,11 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,95 | 0,33 | 13,89 | 66,33 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 41/1 | 41/1 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,56 | 0,00 | 17,18 | 70,96 |
| Итого за прием пищи: | | | 710 | 18,79 | 26,11 | 74,82 | 609,43 |

Уплотненный полдник

| | | | | | | | |
|-----------------------------|-------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ТТК № 87/1 | 87/1 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 80 | 8,72 | 5,61 | 6,49 | 118,34 |
| ТТК № 119/1 | 119/1 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 140 | 1,83 | 4,03 | 17,38 | 113,13 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,22 | 9,26 | 44,22 |
| ТТК № 90/1 | 90/1 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 180/15 | 0,16 | 0,05 | 9,66 | 39,73 |
| ТТК № 145/1 | 145/1 | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" | 50 | 3,00 | 3,20 | 30,30 | 162,00 |
| ТТК № 1/1 | 1/1/4 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 585 | 15,41 | 13,51 | 82,89 | 524,42 |
| Всего за день: | | | | 50,89 | 61,34 | 221,26 | 1 606,66 |

7 день

Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------|---|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| ТТК № 37/1 | 37/1 | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА) | 180 | 4,68 | 7,02 | 22,14 | 170,46 |
| ТТК № 13/1 | 13/1 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,60 | 0,54 | 24,60 | 109,66 |
| ТТК № 92/1 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,10 | 1,70 | 11,51 | 69,74 |
| Итого за прием пищи: | | | 400 | 8,38 | 9,26 | 58,25 | 349,86 |

II Завтрак

| | | | | | | | |
|-----------------------------|---------|---|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ТТК № 73/1 | 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 № 20/1 | 20/1 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 60 | 0,84 | 6,06 | 3,96 | 73,74 |
| ТТК № 132/1 | 132/1 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 200 | 4,45 | 2,56 | 14,24 | 97,80 |
| ТТК № 43/1 | 43/1 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 80 | 10,84 | 4,69 | 14,26 | 142,58 |
| ТТК № 148/1 | 148/1 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 140 | 1,50 | 3,90 | 16,19 | 106,81 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,95 | 0,33 | 13,89 | 66,33 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 113/1 | 113/1/3 | СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 82,80 |
| Итого за прием пищи: | | | 710 | 21,98 | 18,26 | 91,32 | 623,32 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | |
| ТТК № 25/1 | 25/1 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 170 | 14,06 | 15,42 | 29,12 | 314,74 |
| ТТК № 26/1 | 26/1 | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ) | 25 | 1,80 | 2,13 | 13,88 | 81,83 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 93/1 | 93/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,10 | 0,00 | 6,20 | 25,20 |
| ТТК № 1/1 | 1/1/2 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ) | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 495 | 17,86 | 18,39 | 70,10 | 522,03 |
| Всего за день: | | | | 53,44 | 50,41 | 227,23 | 1 587,21 |
| 8 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 34/1 | 34/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 3,98 | 5,60 | 24,32 | 166,30 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 19/1 | 19/1 | ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ | 20 | 0,80 | 5,40 | 12,40 | 102,00 |
| ТТК № 90/1 | 90/1 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 180/15 | 0,16 | 0,05 | 9,66 | 39,73 |
| Итого за прием пищи: | | | 415 | 6,44 | 11,59 | 56,98 | 361,29 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 38/1 | 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 № 120/1 | 120/1 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | 60 | 0,52 | 3,01 | 4,72 | 48,06 |
| ТТК № 141/1 | 141/1 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ) | 200 | 3,22 | 4,65 | 14,41 | 112,86 |
| ТТК № 11/1 | 11/1/2 | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ) | 80 | 9,38 | 9,84 | 11,33 | 171,38 |
| ТТК № 158/1 | 158/1 | РАГУ ОВОЩНОЕ (С СОУСОМ СМЕТАННЫМ) | 140 | 1,78 | 4,58 | 14,55 | 106,57 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,95 | 0,33 | 13,89 | 66,33 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 98/1 | 98/1 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,95 | 0,05 | 24,48 | 102,17 |
| Итого за прием пищи: | | | 710 | 19,30 | 23,00 | 93,98 | 660,63 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | |
| ТТК № 152/1 | 152/1 | КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ" | 80 | 8,76 | 9,92 | 5,04 | 137,28 |
| ТТК № 121/1 | 121/1 | РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ | 140 | 2,11 | 4,63 | 27,82 | 134,51 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,22 | 9,26 | 44,22 |
| ТТК № 40/1 | 40/1/1 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) | 180 | 0,14 | 0,14 | 9,52 | 39,90 |
| ТТК № 146/1 | 146/1 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 50 | 3,30 | 0,80 | 25,00 | 120,40 |
| ТТК № 1/1 | 1/1/1 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 570 | 16,51 | 15,91 | 84,74 | 519,31 |
| Всего за день: | | | | 47,47 | 55,00 | 242,90 | 1 631,23 |

| 9 день | | | | | | | |
|----------------------|---------|---|-------|-------|-------|--------|----------|
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 122/1 | 122/1 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 170 | 13,33 | 11,90 | 3,08 | 189,72 |
| ТТК № 22/1 | 22/1/1 | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ) | 30 | 0,86 | 1,09 | 1,51 | 19,29 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 44/1 | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,40 | 1,90 | 14,83 | 86,02 |
| Итого за прием пищи: | | | 400 | 18,09 | 15,43 | 30,02 | 348,29 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 29/1 | 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 № 160/1 | 160/1 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ | 60 | 0,94 | 3,11 | 11,80 | 78,92 |
| ТТК № 134/1/1 | 134/1/1 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 200 | 3,52 | 4,25 | 7,73 | 83,25 |
| ТТК № 110/1 | 110/1/1 | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ) | 80 | 8,24 | 3,76 | 7,67 | 97,49 |
| ТТК № 127/1 | 127/1 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 140 | 2,02 | 4,34 | 19,50 | 125,14 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,22 | 9,26 | 44,22 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 113/1 | 113/1/2 | СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ) | 180 | 0,54 | 0,00 | 29,70 | 122,40 |
| Итого за прием пищи: | | | 700 | 18,06 | 16,22 | 96,26 | 604,68 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | |
| ТТК № 163/1 | 163/1 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 80 | 7,54 | 9,94 | 7,31 | 144,92 |
| ТТК № 147/1 | 147/1 | ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ | 140 | 2,78 | 8,03 | 23,81 | 181,51 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,22 | 9,26 | 44,22 |
| ТТК № 91/1 | 91/1 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/7 | 0,16 | 0,01 | 6,41 | 26,37 |
| ТТК № 18/1 | 18/1 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 50 | 4,56 | 3,80 | 20,50 | 134,44 |
| Итого за прием пищи: | | | 477 | 16,34 | 22,00 | 67,29 | 531,46 |
| Всего за день: | | | | 57,53 | 58,15 | 213,37 | 1 581,63 |
| 10 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 35/1 | 35/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 3,98 | 5,95 | 22,92 | 164,55 |
| ТТК № 13/1 | 13/1 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,60 | 0,54 | 24,60 | 109,66 |
| ТТК № 92/1 | 92/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,10 | 1,70 | 11,51 | 69,74 |
| Итого за прием пищи: | | | 400 | 7,68 | 8,19 | 59,03 | 343,95 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 73/1 | 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 № 178/1 | 178/1 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60 | 0,80 | 3,10 | 5,20 | 51,50 |
| ТТК № 70/1 | 70/1 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 200 | 2,47 | 6,49 | 12,46 | 118,13 |
| ТТК № 59/1 | 59/1 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 80 | 9,40 | 8,00 | 7,02 | 137,70 |
| ТТК № 45/1 | 45/1 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 140 | 2,91 | 4,21 | 26,64 | 147,73 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,95 | 0,33 | 13,89 | 66,33 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 40/1 | 40/1/2 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ) | 180 | 0,14 | 0,11 | 9,70 | 40,35 |
| Итого за прием пищи: | | | 710 | 19,17 | 22,78 | 85,51 | 615,00 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|------------------------------------|-------|----------------------------------|------------|---------------|---------------|-----------------|------------------|
| ТТК № 378/1 | 378/1 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 9,02 | 15,08 | 18,76 | 256,84 |
| ТТК № 89/1 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,95 | 0,33 | 13,89 | 66,33 |
| ТТК № 10/1 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,54 | 10,60 | 53,26 |
| ТТК № 150/1 | 150/1 | КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ | 180 | 0,42 | 0,09 | 22,49 | 92,45 |
| ТТК № 1/1 | 1/1/4 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 530 | 13,29 | 16,44 | 75,54 | 515,88 |
| Всего за день: | | | | 45,36 | 51,91 | 227,64 | 1 566,83 |
| Всего за 10 ДНЕЙ: | | | | 505,44 | 547,32 | 2 299,34 | 16 035,13 |
| Среднее значение за период: | | | | 50,54 | 54,73 | 229,93 | 1603,51 |

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. Тапешкина,- Изд-е 4-е доп, и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.

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

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

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