

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий ГБДОУ детский сад № 45
Приморского района Санкт-Петербурга



/Е.Д. Спичак/

2025 г.

" УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "ФИЛИА ФЛОРИДАН"



Костенюк О.Ю./

2025 г.

Циклическое десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих с 8-10 часовым пребыванием (завтрак, второй завтрак, обед, полдник) дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

1 день

1 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 34/1	34/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	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 № 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
Итого за прием пищи:			427	7,24	6,69	65,93	355,59
II Завтрак							
ТТК № 113/1	113/1/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Итого за прием пищи:			200	1,00	0,20	20,20	92,00
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	70	7,63	4,91	5,68	103,55
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	40	2,60	0,44	18,52	88,44
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	17,90	18,60	90,80	608,41
Полдник							
ТТК № 63/1/1	63/1/1	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ (С ПОВИДЛОМ)	50	2,83	2,58	30,50	156,67
ТТК № 144/1	144/1	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0,60	0,15	13,07	60,18
ТТК № 1/1	1/1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			350	3,83	3,13	53,37	263,85
Всего за день:				29,97	28,62	230,30	1 319,85

2 день

Завтрак

ТТК № 33/1	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	3,69	5,88	21,42	153,36
ТТК № 16/1	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,98	4,97	10,60	107,01
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,40	1,90	14,83	86,02
Итого за прием пищи:			415	11,07	12,75	46,85	346,39

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	135	2,81	4,06	25,69	143,45
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:			705	17,87	23,23	88,18	626,19
Полдник							
ТТК № 386/1	386/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	150	15,99	17,69	17,72	256,01
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25,20
Итого за прием пищи:			330	16,09	17,69	23,92	281,21
Всего за день:				50,25	58,17	166,15	1 343,79
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 № 15/1	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,55	4,69	10,65	90,76
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 92/1	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,10	1,70	11,51	69,74
Итого за прием пищи:			405	8,08	11,83	52,29	347,70
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 № 120/1	120/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,52	3,01	4,72	48,06
ТТК № 134/1/1	134/1/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3,52	4,25	7,73	83,25
ТТК № 162/1	162/1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	7,76	9,28	13,60	176,96
ТТК № 30/1	30/1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	2,61	4,67	13,34	105,85
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,44
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:			720	19,07	22,19	85,69	626,78
Полдник							
ТТК № 117/1	117/1	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,00	7,90	27,90	206,20
ТТК № 361/1	361/1	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,33	0,21	11,91	50,88
Итого за прием пищи:			250	4,33	8,11	39,81	257,08
Всего за день:				36,70	46,63	185,35	1 323,56
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	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 97/1	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,20	2,50	15,60	97,70
Итого за прием пищи:			400	18,89	16,03	30,79	359,97

II Завтрак

ТТК № 98/1	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	1,05	0,06	22,83	96,06
Итого за прием пищи:			200	1,05	0,06	22,83	96,06

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 № 226/1	226/1	КОТЛЕТЫ "ДЕТСКИЕ"	80	9,04	7,20	11,44	148,72
ТТК № 109/1	109/1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,55	4,24	29,33	150,84
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,44
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 49/1	49/1	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,13	0,01	7,42	30,29
Итого за прием пищи:			710	20,43	20,61	88,73	605,30

Полдник

ТТК № 19/1	19/1	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	12,40	102,00
ТТК № 113/1	113/1/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ТТК № 1/1	1/1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:			320	2,20	5,60	52,90	276,00
Всего за день:				42,57	42,30	195,25	1 337,33

5 день

Завтрак

ТТК № 36/1	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	3,28	5,62	27,03	171,82
ТТК № 16/1	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,98	4,97	10,60	107,01
ТТК № 44/1	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,40	1,90	14,83	86,02
Итого за прием пищи:			415	10,66	12,49	52,46	364,85

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	40	2,60	0,44	18,52	88,44
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 358/1	358/1	НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	180	0,08	0,25	17,63	70,20
Итого за прием пищи:			720	17,36	19,02	90,34	598,64

Полдник

ТТК № 218/1	218/1	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ОТВАРНЫЕ	150	13,19	9,63	25,28	240,51
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25,20
Итого за прием пищи:			330	13,29	9,63	31,48	265,71
Всего за день:				46,53	45,64	181,48	1 319,20

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 № 15/1	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,55	4,69	10,65	90,76
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 92/1	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,10	1,70	11,51	69,74
Итого за прием пищи:			405	8,57	12,53	50,26	347,16

II Завтрак

ТТК № 129/1	129/1	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,13	0,12	17,86	73,04
Итого за прием пищи:			200	0,13	0,12	17,86	73,04

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	75	7,89	9,69	8,35	153,19
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	40	2,60	0,44	18,52	88,44
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,81	15,90	79,89
ТТК № 41/1	41/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,56	0,00	17,18	70,96
Итого за прием пищи:			725	18,88	22,59	82,08	608,21

Полдник

ТТК № 145/1	145/1	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,00	3,20	30,30	162,00
ТТК № 102/1	102/1	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ М.Д.Ж. 2,5%	200	5,80	5,00	9,60	106,60
Итого за прием пищи:			250	8,80	8,20	39,90	268,60
Всего за день:				36,38	43,44	190,10	1 297,01

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 № 97/1	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,20	2,50	15,60	97,70
Итого за прием пищи:			400	9,48	10,06	62,34	377,82

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	40	2,60	0,44	18,52	88,44
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,26
ТТК № 40/1	40/1/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,14	0,14	9,52	39,90
Итого за прием пищи:			720	21,87	18,33	87,29	602,53

Полдник

ТТК № 386/1	386/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	150	15,99	17,69	17,72	256,01
ТТК № 91/1	91/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0,16	0,01	6,41	26,37
Итого за прием пищи:			337	16,15	17,70	24,13	282,38
Всего за день:				52,72	50,59	181,32	1 354,73

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 № 16/1	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,98	4,97	10,60	107,01
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
Итого за прием пищи:			430	10,62	11,16	55,18	366,30

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 № 84/1	84/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С ПТИЦЕЙ)	200	3,87	4,04	14,33	113,12
ТТК № 11/1	11/1/2	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	75	8,79	9,23	10,63	161,67
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	40	2,60	0,44	18,52	88,44
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	9,58	39,40

Итого за прием пищи:			715	19,24	21,88	82,93	610,52
----------------------	--	--	-----	-------	-------	-------	--------

Полдник

ТТК № 63/1/2	63/1/2	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ (С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ)	50	3,80	4,90	17,00	127,30
ТТК № 113/1	113/1/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0,90	0,00	22,86	99,00
ТТК № 1/1	1/1/2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0,40	0,30	10,30	47,00

Итого за прием пищи:			330	5,10	5,20	50,16	273,30
----------------------	--	--	-----	------	------	-------	--------

Всего за день:				40,18	42,74	195,47	1 340,12
----------------	--	--	--	-------	-------	--------	----------

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%	175	4,90	4,38	19,25	94,50
------------	------	-----------------------------	-----	------	------	-------	-------

Итого за прием пищи:			175	4,90	4,38	19,25	94,50
----------------------	--	--	-----	------	------	-------	-------

Обед

ТТК № 385/1	385/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СУХОФРУКТАМИ	60	0,94	3,67	8,12	69,26
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)	70	7,32	3,29	6,11	85,30
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	40	2,60	0,44	18,52	88,44
ТТК № 10/1	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,81	15,90	79,89
ТТК № 129/1	129/1	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,13	0,12	17,86	73,04

Итого за прием пищи:			740	18,78	16,92	93,74	604,32
----------------------	--	--	-----	-------	-------	-------	--------

Полдник

ТТК № 117/1	117/1	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,00	7,90	27,90	206,20
ТТК № 358/1	358/1	НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,08	0,06	19,59	76,22

Итого за прием пищи:			250	4,08	7,96	47,49	282,42
----------------------	--	--	-----	------	------	-------	--------

Всего за день:				45,85	44,69	190,50	1 329,53
----------------	--	--	--	-------	-------	--------	----------

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 № 113/1	113/1/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1,00	0,20	20,20	92,00
-------------	---------	--------------------------	-----	------	------	-------	-------

Итого за прием пищи:			200	1,00	0,20	20,20	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	135	2,81	4,06	25,69	143,45
ТТК № 89/1	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,44
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:			715	19,72	22,74	89,19	632,83
Полдник							
ТТК № 18/1	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	5,47	4,56	24,60	161,33
ТТК № 93/1	93/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25,20
ТТК № 1/1	1/1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			340	6,47	4,76	38,9	256,53
Всего за день:				34,87	35,89	207,32	1 325,31
Всего за 10 ДНЕЙ:				416,02	438,71	1 923,24	13 290,43
Среднее значение за период:				41,60	43,87	192,32	1329,04

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 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 технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. Под общей редакцией профессора А.Я. Перевалова- Изд-е 5-е дополнениями - Пермь, 2013. - 495 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 сбоя поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 352191790442986473152692261956718905753445707909

Владелец Спичак Елена Дмитриевна

Действителен с 17.04.2026 по 17.04.2027