

"СОГЛАСОВАНО"

временно исполняющего обязанности директора ГБОУ СОШ
№ 440 Приморского района Санкт-Петербурга

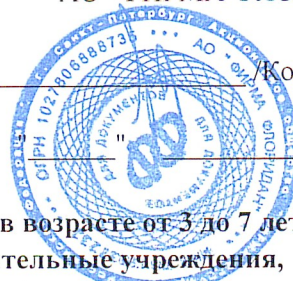


/З.В. Габай/

"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 3 до 7 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 № 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: | | | 590 | 15,93 | 14,61 | 98,70 | 571,24 |

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 ЗЕЛЕНЬ) | 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 - "ЁЖИКИ" | 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: | | | 540 | 15,41 | 14,77 | 78,12 | 520,68 |

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 ЗЕЛЕНЬ) | 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 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 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.