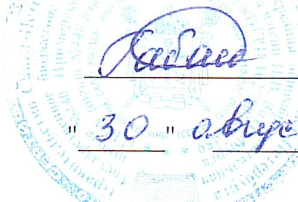


"СОГЛАСОВАНО"

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.

Цикличное 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 рецептов     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                      |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>       |                         |   |              |                  |         |             |                               |
| 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                        |
| <b>II Завтрак</b>    |                         |   |              |                  |         |             |                               |
| 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                         |
| <b>Обед</b>          |                         |   |              |                  |         |             |                               |
| 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                        |
| <b>Полдник</b>       |                         |   |              |                  |         |             |                               |
| 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                      |
| <b>2 день</b>        |                         |   |              |                  |         |             |                               |
| <b>Завтрак</b>       |                         |   |              |                  |         |             |                               |
| 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        |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |                   | <b>150</b> | <b>4,35</b> | <b>3,75</b> | <b>6,00</b> | <b>75,00</b> |

## 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         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>580</b> | <b>16,33</b> | <b>16,98</b> | <b>76,05</b> | <b>503,40</b> |

## 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           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |                            | <b>422</b> | <b>11,95</b> | <b>15,51</b> | <b>56,44</b>  | <b>440,70</b>   |
| <b>Всего за день:</b>       |      |                            |            | <b>40,23</b> | <b>42,89</b> | <b>190,56</b> | <b>1 312,02</b> |

## 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         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |   | <b>360</b> | <b>9,17</b> | <b>12,71</b> | <b>45,85</b> | <b>291,10</b> |

## II Завтрак

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

## Обед

|                             |       |                                  |            |              |              |              |               |
|-----------------------------|-------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК № 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         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |                                  | <b>590</b> | <b>16,01</b> | <b>18,61</b> | <b>72,88</b> | <b>507,28</b> |

## 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           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |                             | <b>480</b> | <b>11,86</b> | <b>8,82</b>  | <b>72,27</b>  | <b>418,39</b>   |
| <b>Всего за день:</b>       |       |                             |            | <b>41,24</b> | <b>43,89</b> | <b>207,50</b> | <b>1 297,77</b> |

#### 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         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |   | <b>350</b> | <b>10,90</b> | <b>12,15</b> | <b>27,41</b> | <b>283,55</b> |

##### II Завтрак

|                             |      |                     |            |             |             |             |              |
|-----------------------------|------|---------------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ТТК № 73                    | 73/1 | РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5% | 150        | 4,35        | 3,75        | 6,30        | 76,67        |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |                     | <b>150</b> | <b>4,35</b> | <b>3,75</b> | <b>6,30</b> | <b>76,67</b> |

##### 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         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |   | <b>590</b> | <b>15,99</b> | <b>18,82</b> | <b>81,79</b> | <b>511,36</b> |

##### Полдник

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

#### 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         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |   | <b>350</b> | <b>5,91</b> | <b>7,55</b> | <b>41,55</b> | <b>269,95</b> |

##### II Завтрак

|                             |      |                   |            |             |             |             |              |
|-----------------------------|------|-------------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ТТК № 38                    | 38/1 | КЕФИР М.Д.Ж. 2,5% | 150        | 4,35        | 3,75        | 6,00        | 75,00        |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |                   | <b>150</b> | <b>4,35</b> | <b>3,75</b> | <b>6,00</b> | <b>75,00</b> |

##### Обед

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



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

**Полдник**

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

**6 день**

**Завтрак**

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

**II Завтрак**

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

**Обед**

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

**Полдник**

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

**7 день**



**Завтрак**

|                             |       |                                       |            |             |             |              |               |
|-----------------------------|-------|---------------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| ТТК № 118                   | 118/1 | КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ) | 150        | 3,14        | 4,92        | 20,28        | 142,60        |
| ТТК № 13                    | 13/1  | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                    | 30         | 1,55        | 0,54        | 17,06        | 77,90         |
| ТТК № 92                    | 92/1  | ЧАЙ С МОЛОКОМ                         | 180        | 2,08        | 1,70        | 11,76        | 73,35         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |                                       | <b>360</b> | <b>6,77</b> | <b>7,16</b> | <b>49,10</b> | <b>293,85</b> |

**II Завтрак**

|                             |      |                     |            |             |             |             |              |
|-----------------------------|------|---------------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ТТК № 73                    | 73/1 | РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5% | 150        | 4,35        | 3,75        | 6,30        | 76,67        |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |                     | <b>150</b> | <b>4,35</b> | <b>3,75</b> | <b>6,30</b> | <b>76,67</b> |

**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         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>590</b> | <b>17,62</b> | <b>13,44</b> | <b>80,56</b> | <b>503,72</b> |

**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           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |                            | <b>422</b> | <b>11,95</b> | <b>15,51</b> | <b>56,44</b>  | <b>440,70</b>   |
| <b>Всего за день:</b>       |      |                            |            | <b>40,69</b> | <b>39,86</b> | <b>192,40</b> | <b>1 314,94</b> |

**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         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |   | <b>350</b> | <b>11,16</b> | <b>12,15</b> | <b>29,54</b> | <b>293,32</b> |

**II Завтрак**

|                             |      |                   |            |             |             |             |              |
|-----------------------------|------|-------------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| ТТК № 38                    | 38/1 | КЕФИР М.Д.Ж. 2,5% | 150        | 4,35        | 3,75        | 6,00        | 75,00        |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |      |                   | <b>150</b> | <b>4,35</b> | <b>3,75</b> | <b>6,00</b> | <b>75,00</b> |

**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   |
| <b>Полдник</b>       |       |   |        |       |       |        |          |
| 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 |
| <b>9 день</b>        |       |   |        |       |       |        |          |
| <b>Завтрак</b>       |       |   |        |       |       |        |          |
| 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   |
| <b>II Завтрак</b>    |       |   |        |       |       |        |          |
| 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    |
| <b>Обед</b>          |       |   |        |       |       |        |          |
| 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   |
| <b>Полдник</b>       |       |   |        |       |       |        |          |
| 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 |
| <b>10 день</b>       |       |   |        |       |       |        |          |
| <b>Завтрак</b>       |       |   |        |       |       |        |          |
| 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   |
| <b>II Завтрак</b>    |       |   |        |       |       |        |          |



|                                    |       |                                     |            |               |               |                 |                  |
|------------------------------------|-------|-------------------------------------|------------|---------------|---------------|-----------------|------------------|
| ТТК № 73                           | 73/1  | РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%                 | 150        | 4,35          | 3,75          | 6,30            | 76,67            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        |       |                                     | <b>150</b> | <b>4,35</b>   | <b>3,75</b>   | <b>6,30</b>     | <b>76,67</b>     |
| <b>Обед</b>                        |       |                                     |            |               |               |                 |                  |
| 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            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        |       |                                     | <b>600</b> | <b>13,28</b>  | <b>18,06</b>  | <b>66,15</b>    | <b>499,52</b>    |
| <b>Полдник</b>                     |       |                                     |            |               |               |                 |                  |
| 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            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        |       |                                     | <b>435</b> | <b>12,25</b>  | <b>17,77</b>  | <b>56,41</b>    | <b>438,65</b>    |
| <b>Всего за день:</b>              |       |                                     |            | <b>37,32</b>  | <b>46,61</b>  | <b>177,92</b>   | <b>1 307,66</b>  |
| <b>Всего за 10 ДНЕЙ:</b>           |       |                                     |            | <b>394,52</b> | <b>442,47</b> | <b>1 864,86</b> | <b>13 001,66</b> |
| <b>Среднее значение за период:</b> |       |                                     |            | <b>39,45</b>  | <b>44,25</b>  | <b>186,49</b>   | <b>1300,17</b>   |

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 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. Тапешкина,- 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.