

Утверждаю

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

21 сентября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,34	1,97	7,71	58,21
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,68	6,53	18,32	151,15
КАКАО С МОЛОКОМ	144	2,87	2,36	12,43	83,31
МАНДАРИН	84	0,67	0,17	6,27	31,77
Итого		10,56	11,03	44,73	324,44
II Завтрак					
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	167	5,00	4,17	19,50	135,00
Итого		5,00	4,17	19,50	135,00
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	27	0,43	1,36	2,75	25,60
БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	149/20/10	5,57	4,88	6,11	90,70
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	46	5,92	3,87	4,58	76,66
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	102	2,01	3,24	13,37	91,15
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,24	0,22	10,45	50,27
Итого		15,17	13,57	44,04	361,47
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	12,51	12,87	20,72	264,38
СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	29	0,03	0,03	4,99	20,50
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	133	0,67	0,13	13,47	57,33
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,21	0,54	9,57	48,73
Итого		14,42	13,57	48,75	390,94
Всего		45,15	42,34	157,02	1 211,85

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий
Детским садом № 77/2
Петрова Н.Г./



МЕНЮ

22 сентября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	22	1,12	0,48	11,94	45,69
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39
ГРУША	60	0,24	0,18	6,17	28,13
Итого		4,83	8,19	47,52	280,10
II Завтрак					
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	128	2,77	3,18	4,94	55,05
Итого		2,77	3,18	4,94	55,05
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	30	1,54	4,18	1,95	51,85
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,43	4,61	15,08	119,85
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	156	19,81	8,75	18,86	234,34
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	15,74	76,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,75	0,14	6,94	33,39
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,43	0,64	11,34	57,75
Итого		28,45	18,52	69,91	573,33
Полдник					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,47	2,24	0,14	30,64
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	168	10,24	9,83	12,85	214,62
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	107	3,00	2,68	4,83	47,64
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,20	0,19	9,07	43,65
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,43	0,64	11,34	57,75
Итого		18,43	15,58	45,19	422,48
Всего		54,48	45,47	167,56	1 330,96

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.



Заведующий
ДБДОУ детский сад № 77/2
Петрова Н.Г./

МЕНЮ

23 сентября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	134	6,57	13,89	5,38	173,53
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87
АПЕЛЬСИН	86	0,77	0,17	6,93	36,77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	0,77	0,14	7,08	34,05
Итого		8,27	14,24	30,25	272,22
II Завтрак					
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	158	4,75	3,96	18,52	128,25
Итого		4,75	3,96	18,52	128,25
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	42	0,32	2,61	1,02	28,81
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,90	3,57	9,00	90,73
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	88	8,18	3,95	33,62	173,93
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	3,44	4,04	20,97	122,74
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	0,76	0,14	7,04	33,87
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,68	0,71	12,49	63,66
Итого		17,66	15,11	97,32	565,30
Полдник					
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	58/20	9,81	11,92	9,22	186,61
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	128	2,85	4,38	19,46	128,86
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	167	0,83	0,17	16,83	71,67
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ	52	1,62	3,02	23,93	122,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,72	0,14	6,68	32,12
Итого		15,83	19,63	76,12	541,87
Всего		46,51	52,94	222,21	1 507,64

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

БДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./



МЕНЮ

24 сентября 2026 г.

Если 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,36	2,00	7,71	58,6
КАША "ДРУЖБА"	130	3,08	5,71	21,09	141,70
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	44,52
Итого		10,38	12,38	44,82	305,16
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	147	0,73	0,15	14,81	63,07
Итого		0,73	0,15	14,81	63,07
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,87
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	128	4,57	4,90	8,60	171,24
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	146	0,75	0,05	17,90	75,51
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,24	0,58	10,22	52,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	11	0,52	0,10	4,78	23,00
Итого		10,53	10,92	49,92	414,10
Полдник					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	33	0,36	0,07	1,26	7,93
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	48	5,52	6,16	5,28	91,20
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	105	3,05	6,22	18,73	105,45
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	42	3,14	2,75	18,53	106,30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	11	0,52	0,10	4,78	23,00
Итого		12,72	15,30	55,66	363,38
Всего		34,36	38,75	165,21	1 145,71

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ДБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

**МЕНЮ**

25 сентября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,0
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87
БАНАН	96	1,44	0,48	16,11	81,00
Итого		6,16	6,81	60,52	294,98
II Завтрак					
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	162	3,55	4,08	6,33	70,53
Итого		3,55	4,08	6,33	70,53
Обед					
СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	14/20	1,54	2,54	1,19	37,70
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	4,63	4,39	9,79	97,29
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	35	3,92	6,42	6,45	80,13
КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	84	0,92	1,63	5,16	39,38
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	143	0,09	0,08	12,36	50,90
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,92	0,41	7,31	37,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	12	0,55	0,10	5,10	24,54
Итого		12,57	15,57	47,36	367,14
Полдник					
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	28	0,35	0,00	1,34	7,09
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	36	3,40	3,67	8,04	79,80
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	92	1,70	2,98	8,84	83,66
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	157	0,78	0,15	15,87	67,57
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	1,63	0,71	11,32	98,75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	12	0,55	0,10	5,10	24,54
Итого		8,41	7,61	50,51	361,41
Всего		30,69	34,07	164,72	1 094,06

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.