

Утверждаю

Заведующий

БДОУ детский сад № 77/2

/Петрова Н.Г./



**МЕНЮ**  
15 сентября 2025 г.

**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,53	7,09	27,32	195,79	0,40
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,80	2,99	13,93	98,66	0,64
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>10,73</b>	<b>12,18</b>	<b>57,05</b>	<b>362,45</b>	<b>2,84</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	149	0,74	0,14	15,04	64,02	2,98
<b>Итого</b>			<b>149</b>	<b>0,74</b>	<b>0,14</b>	<b>15,04</b>	<b>64,02</b>	<b>2,98</b>
<b>Обед</b>								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,10	0,75	18,25	96,37	2,80
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	59	8,19	2,78	4,48	75,63	0,18
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	119	2,69	4,28	11,64	96,41	7,81
		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,09	13,88	57,25	0,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,46	0,67	10,24	52,27	0,00
<b>Итого</b>			<b>568</b>	<b>18,17</b>	<b>8,73</b>	<b>68,00</b>	<b>424,76</b>	<b>13,29</b>
<b>Полдник</b>								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	59	10,52	10,83	8,22	172,17	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,34	4,24	15,43	109,85	7,18
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,09	0,00	5,54	22,56	0,02
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>15,05</b>	<b>15,69</b>	<b>43,29</b>	<b>374,88</b>	<b>7,20</b>
<b>Всего</b>				<b>44,69</b>	<b>36,74</b>	<b>183,38</b>	<b>1 226,11</b>	<b>26,31</b>

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

16 сентября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,91	4,86	12,89	102,90	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	38	1,19	0,08	2,51	15,49	4,80
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	102	8,40	14,98	2,00	176,72	0,18
		КАКАО С МОЛОКОМ	182	4,47	3,66	12,07	100,43	0,68
<b>Итого</b>			<b>352</b>	<b>15,97</b>	<b>23,58</b>	<b>29,47</b>	<b>395,54</b>	<b>5,66</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ГРУША СВЕЖАЯ	121	0,48	0,40	12,40	56,40	2,40
<b>Итого</b>			<b>121</b>	<b>0,48</b>	<b>0,40</b>	<b>12,40</b>	<b>56,40</b>	<b>2,40</b>
<b>Обед</b>								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	39	0,34	0,09	3,23	15,87	2,26
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,44	3,61	9,85	92,09	4,03
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	58	9,65	9,88	9,13	163,92	0,40
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	111	1,82	4,14	11,51	89,89	4,85
		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,35	0,08	15,76	65,71	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,46	0,67	10,24	52,27	0,00
<b>Итого</b>			<b>563</b>	<b>19,39</b>	<b>18,63</b>	<b>68,23</b>	<b>520,98</b>	<b>11,54</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,45	2,25	0,15	31,50	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,61	1,58	6,85	53,01	4,80
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	31	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,12	0,03	7,97	31,26	0,15
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<b>Итого</b>			<b>457</b>	<b>12,88</b>	<b>11,96</b>	<b>52,47</b>	<b>375,27</b>	<b>5,25</b>
<b>Всего</b>				<b>48,72</b>	<b>54,57</b>	<b>162,57</b>	<b>1 348,19</b>	<b>24,85</b>

Мед. сестра \_\_\_\_\_

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



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

# МЕНЮ

17 сентября 2025 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29	3,72	3,43	10,28	87,58	0,07
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,25	6,47	21,23	160,15	0,39
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,90	2,43	10,20	74,94	0,54
<b>Итого</b>			<b>364</b>	<b>10,87</b>	<b>12,33</b>	<b>41,71</b>	<b>322,67</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	149	0,75	0,15	15,04	64,02	2,98
<b>Итого</b>			<b>149</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,04</b>	<b>64,02</b>	<b>2,98</b>
<b>Обед</b>								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,15	3,61	11,86	99,34	6,50
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	47	10,53	4,61	4,23	101,52	7,71
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	146	2,46	6,35	13,67	127,39	9,29
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	148	0,80	0,05	22,19	93,04	0,25
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>599</b>	<b>21,82</b>	<b>15,57</b>	<b>76,43</b>	<b>543,39</b>	<b>25,35</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	24,94	12,85	20,61	305,07	0,27
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,44	3,82	7,34	82,64	0,82
		БАНАН СВЕЖИЙ	99	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	53	4,26	7,18	29,89	200,97	0,00
<b>Итого</b>			<b>437</b>	<b>35,14</b>	<b>24,35</b>	<b>78,84</b>	<b>684,68</b>	<b>5,09</b>
<b>Всего</b>				<b>68,58</b>	<b>52,40</b>	<b>212,02</b>	<b>1 614,76</b>	<b>34,42</b>

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



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

# МЕНЮ

18 сентября 2025 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	31	1,44	2,16	16,27	70,04	1,85
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,78	7,21	19,25	161,49	0,42
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,76	2,99	13,09	95,10	0,64
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>9,98</b>	<b>12,36</b>	<b>48,61</b>	<b>326,63</b>	<b>2,91</b>
<b>II Завтрак</b>								
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	101	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
<b>Итого</b>			<b>101</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>7,50</b>	<b>38,00</b>	<b>15,20</b>
<b>Обед</b>								
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,06	3,32	7,83	79,87	4,65
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	59	11,81	0,45	0,37	52,47	0,46
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	1,02	1,22	15,10	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,52	4,04	17,11	115,20	8,31
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,11	0,00	7,05	29,20	0,58
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,84	0,84	12,86	65,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>608</b>	<b>22,25</b>	<b>9,80</b>	<b>55,64</b>	<b>403,67</b>	<b>14,80</b>
<b>Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	166	13,43	13,46	12,51	227,89	16,16
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,12	0,09	9,75	40,63	0,60
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	51	4,33	3,26	18,22	119,67	5,20
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<b>Итого</b>			<b>483</b>	<b>21,68</b>	<b>19,43</b>	<b>51,38</b>	<b>475,69</b>	<b>22,26</b>
<b>Всего</b>				<b>54,71</b>	<b>41,79</b>	<b>163,13</b>	<b>1 243,99</b>	<b>55,17</b>

Мед. сестра

*Handwritten signature*

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



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

# МЕНЮ

19 сентября 2025 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	31	1,97	4,88	13,32	105,08	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,99	6,24	24,44	170,44	0,43
		ЧАЙ С САХАРОМ	186	0,08	0,00	5,01	20,34	0,02
<b>Итого</b>			<b>372</b>	<b>6,04</b>	<b>11,12</b>	<b>42,77</b>	<b>295,86</b>	<b>0,45</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>64,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	39	0,56	0,04	3,30	15,75	1,55
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,39	3,61	10,46	94,86	4,03
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	62	9,22	12,89	2,43	162,49	0,37
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	121	3,23	2,73	15,66	98,37	0,00
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,12	0,09	7,84	33,02	0,60
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,84	0,84	12,86	65,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>587</b>	<b>21,06</b>	<b>20,40</b>	<b>63,25</b>	<b>521,82</b>	<b>6,55</b>
<b>Полдник</b>								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14,04	12,94	13,53	226,72	6,83
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,80	0,05	12,67	54,97	0,25
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	49	4,22	1,50	27,55	140,43	0,00
<b>Итого</b>			<b>374</b>	<b>20,36</b>	<b>14,61</b>	<b>61,15</b>	<b>458,72</b>	<b>8,68</b>
<b>Всего</b>				<b>48,21</b>	<b>46,28</b>	<b>182,32</b>	<b>1 340,90</b>	<b>18,68</b>

Мед. сестра \_\_\_\_\_

Константинова Т.Ю.