

Утверждаю

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



# МЕНЮ

1 сентября 2025 г.

Сад 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	42	1,99	3,18	22,89	126,79	5,42
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,01	7,39	34,20	231,92	0,51
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,33	3,41	17,15	117,55	0,73
<b>Итого</b>			<b>427</b>	<b>13,33</b>	<b>13,98</b>	<b>74,24</b>	<b>476,26</b>	<b>6,66</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,89	0,18	18,13	77,20	3,59
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,89</b>	<b>0,18</b>	<b>18,13</b>	<b>77,20</b>	<b>3,59</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,48	0,00	1,56	8,40	2,40
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,16	3,70	21,05	138,44	3,07
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	13,79	7,37	6,14	145,88	0,22
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	3,07	3,23	13,11	94,74	9,83
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,11	16,87	69,54	1,09
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>731</b>	<b>26,20</b>	<b>15,36</b>	<b>82,23</b>	<b>574,00</b>	<b>16,61</b>
<b>Полдник</b>								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	69	12,20	11,03	9,41	185,45	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,94	3,17	19,53	119,05	9,14
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	2,26	0,27	14,10	67,83	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	48	3,85	3,42	27,13	154,42	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<b>Итого</b>			<b>569</b>	<b>24,05</b>	<b>20,39</b>	<b>74,67</b>	<b>583,25</b>	<b>9,44</b>
<b>Всего</b>				<b>64,47</b>	<b>49,91</b>	<b>249,27</b>	<b>1 710,71</b>	<b>36,30</b>

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

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

# МЕНЮ

2 сентября 2025 г.

Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	31	1,95	5,02	13,20	105,87	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,44	2,45	3,01	39,69	2,20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	151	15,41	21,46	2,82	266,13	0,22
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	161	3,72	3,07	13,37	97,23	0,58
<b>Итого</b>			<b>413</b>	<b>22,52</b>	<b>32,00</b>	<b>32,40</b>	<b>508,92</b>	<b>3,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	120	0,48	0,40	12,40	56,40	2,40
<b>Итого</b>			<b>120</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	61	0,50	5,78	4,35	72,43	1,57
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,54	6,75	11,29	127,01	4,58
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	69	11,21	16,61	10,30	235,46	0,47
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	152	2,42	5,66	15,76	123,02	6,67
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,48	0,11	22,42	93,32	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>729</b>	<b>22,73</b>	<b>35,86</b>	<b>87,62</b>	<b>768,24</b>	<b>13,29</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	147	2,31	1,99	10,17	74,37	6,55
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	51	3,60	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,34	0,05	13,75	56,67	0,36
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<b>Итого</b>			<b>559</b>	<b>16,35</b>	<b>14,24</b>	<b>82,52</b>	<b>522,44</b>	<b>7,21</b>
<b>Всего</b>				<b>62,08</b>	<b>82,50</b>	<b>214,94</b>	<b>1 856,00</b>	<b>25,90</b>

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.



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

## МЕНЮ

3 сентября 2025 г.

### Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,46	5,30	13,05	122,76	0,11
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,63	6,64	27,91	193,64	0,51
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,76	2,24	10,50	73,77	0,51
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>13,85</b>	<b>14,18</b>	<b>51,46</b>	<b>390,17</b>	<b>1,13</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,19	77,42	3,60
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,18</b>	<b>18,19</b>	<b>77,42</b>	<b>3,60</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,46	0,00	1,56	8,40	2,40
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	4,11	4,38	11,85	105,59	6,52
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16,95	9,21	2,66	180,86	13,01
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	147	2,60	6,62	13,68	130,44	11,96
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1,02	0,06	25,54	107,58	0,32
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
<b>Итого</b>			<b>736</b>	<b>29,06</b>	<b>21,26</b>	<b>80,89</b>	<b>659,97</b>	<b>34,21</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	166	30,13	18,58	26,32	401,70	0,33
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,96	2,48	6,67	53,09	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	201	5,94	5,12	9,83	110,53	1,10
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,51	8,20	35,75	234,34	0,00
<b>Итого</b>			<b>577</b>	<b>42,34</b>	<b>34,53</b>	<b>86,07</b>	<b>837,66</b>	<b>16,76</b>
<b>Всего</b>				<b>86,15</b>	<b>70,20</b>	<b>236,61</b>	<b>1 965,22</b>	<b>55,70</b>

Мед. сестра \_\_\_\_\_

Константинова Т.Ю.



Утверждаю

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



## МЕНЮ

5 сентября 2025 г.

Сад 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	1,96	4,89	13,24	104,88	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	4,78	6,83	27,27	190,28	0,55
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,16	0,00	5,78	23,73	0,03
<b>Итого</b>			<b>422</b>	<b>6,90</b>	<b>11,72</b>	<b>46,29</b>	<b>318,89</b>	<b>0,58</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,20	77,50	3,61
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,18</b>	<b>18,20</b>	<b>77,50</b>	<b>3,61</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	58	0,80	4,12	4,65	58,83	2,18
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,49	6,58	11,16	124,46	4,51
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,73	12,39	2,43	163,98	0,43
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	159	5,82	2,36	37,23	193,49	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,14	0,11	10,82	45,27	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>733</b>	<b>25,56</b>	<b>26,51</b>	<b>89,79</b>	<b>703,03</b>	<b>7,82</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,38	0,00	1,25	7,00	2,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,51	15,25	16,91	274,83	8,54
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1,05	0,06	18,38	79,14	0,33
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	49	3,97	3,32	27,65	155,88	0,00
<b>Итого</b>			<b>459</b>	<b>24,95</b>	<b>18,87</b>	<b>76,91</b>	<b>578,05</b>	<b>10,87</b>
<b>Всего</b>				<b>58,31</b>	<b>57,28</b>	<b>231,19</b>	<b>1 677,47</b>	<b>22,88</b>

Мед. сестра \_\_\_\_\_

Константинова Т.Ю.