

Утверждаю



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

МЕНЮ

13 октября 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	29	1,36	2,04	15,33	65,96	1,75
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,62	6,68	27,90	194,61	0,40
		КАКАО С МОЛОКОМ	181	3,73	3,08	10,29	84,85	0,58
Итого			365	10,71	11,80	53,52	345,42	2,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,01	5,66	1,62
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	5,05	8,24	20,27	175,68	2,80
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	61	8,48	2,61	4,63	75,74	0,18
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	122	2,78	4,76	12,08	102,64	7,85
		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	151	0,11	0,10	13,37	55,27	0,97
		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
Итого			574	19,51	16,54	70,11	508,49	13,42
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	59	10,46	10,82	7,91	170,68	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,35	4,03	15,53	108,34	7,23
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,08	0,00	4,21	17,13	0,02
Итого			364	14,99	15,47	41,75	366,45	7,25
Всего				45,96	43,96	180,53	1 284,86	26,40

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

МЕНЮ

14 октября 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,91	4,86	12,89	102,90	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	38	1,20	0,08	2,51	15,46	4,97
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	104	8,40	16,46	1,99	189,99	0,18
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			352	14,31	23,80	30,09	392,35	5,65
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	114	0,46	0,38	11,78	53,58	2,28
Итого			114	0,46	0,38	11,78	53,58	2,28
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	38	0,34	0,09	3,17	15,60	2,19
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,14	3,32	10,26	89,88	4,05
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	59	9,49	10,10	8,64	163,28	0,40
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	107	1,75	3,98	11,06	86,33	4,66
		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,36	0,08	16,02	66,83	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,40	0,17	8,94	43,29	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,46	0,67	10,24	52,27	0,00
Итого			560	18,94	18,41	68,33	517,48	11,30
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,45	2,25	0,15	31,50	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,70	1,59	7,47	55,85	4,89
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,77	0,21	11,02	53,04	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,12	0,03	6,64	26,10	0,13
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			456	13,04	11,98	52,18	374,99	5,32
Всего				46,75	54,57	162,38	1 338,40	24,55

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.



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

МЕНЮ

15 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29	3,61	3,26	10,28	85,49	0,06
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,29	6,44	20,60	157,34	0,40
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,91	2,44	10,12	74,85	0,54
Итого			364	10,81	12,14	41,00	317,68	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	149	0,75	0,15	15,05	64,11	2,99
Итого			149	0,75	0,15	15,05	64,11	2,99
Обед								
		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	3,62	11,79	98,98	6,37
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	47	10,43	4,56	4,19	100,55	7,63
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	148	2,52	6,99	13,92	134,26	9,76
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	149	0,83	0,05	23,11	96,84	0,26
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,20	10,38	49,94	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,92	0,77	13,14	66,81	0,00
Итого			599	21,81	16,19	77,53	552,98	25,62
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	23,74	12,22	20,44	293,55	0,26
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,47	3,86	7,41	83,33	0,83
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,88	6,64	28,71	189,87	0,00
Итого			430	32,89	22,92	64,06	604,75	16,29
Всего				66,26	51,40	197,64	1 539,52	45,90

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.



МЕНЮ

16 октября 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	28	1,30	1,96	14,71	63,31	1,68
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,71	7,15	18,88	159,22	0,41
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,69	2,95	14,06	98,34	0,63
Итого			363	9,70	12,06	47,65	320,87	2,72
II Завтрак								
		БАНАН СВЕЖИЙ	92	1,40	0,47	19,53	89,28	3,72
Итого			92	1,40	0,47	19,53	89,28	3,72
Обед								
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	39	0,29	0,00	0,69	5,09	0,78
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,02	3,30	7,13	76,82	4,55
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	58	11,63	0,44	0,35	51,65	0,44
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,52	4,27	17,13	117,27	8,32
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,12	0,00	7,86	32,47	0,52
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,25	0,12	8,16	39,36	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,84	0,84	12,86	65,63	0,00
Итого			604	21,97	9,97	55,38	403,09	14,61
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	165	13,49	13,24	11,99	224,06	15,93
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,11	0,08	10,36	43,01	0,55
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,95	0,11	6,08	29,45	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	49	3,77	2,97	16,70	108,65	4,85
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			478	21,12	18,90	49,63	461,67	21,63
Всего				54,19	41,40	172,19	1 274,91	42,68

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

МЕНЮ

17 октября 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,91	4,86	12,89	102,90	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,88	6,19	23,78	166,89	0,42
		ЧАЙ С САХАРОМ	186	0,08	0,00	5,82	23,57	0,02
Итого			371	5,87	11,05	42,49	293,36	0,44
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	149	0,75	0,15	15,07	64,14	2,98
Итого			149	0,75	0,15	15,07	64,14	2,98
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	38	0,55	0,04	3,24	15,48	1,52
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,22	3,39	10,43	91,55	4,02
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	61	9,19	12,87	2,39	162,06	0,36
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	8,65	36,25	0,60
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,75	0,21	11,02	53,25	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,84	0,84	12,86	65,63	0,00
Итого			586	20,90	20,17	64,25	522,59	6,50
Полдник								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,01	5,66	1,62
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	118	13,50	12,49	13,53	220,42	6,83
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,80	0,05	13,48	58,20	0,25
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,06	0,13	6,78	32,86	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,39	1,54	28,70	145,86	0,00
Итого			374	20,05	14,21	63,50	463,00	8,70
Всего				47,57	45,58	185,31	1 343,09	18,62

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.