

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 ноября 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								
2024	42	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	131	6,44	14,64	5,19	179,12	1,22
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2024	48	АПЕЛЬСИН	158	1,44	0,32	12,86	68,22	95,19
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,71	0,13	6,55	31,51	0,00
Итого			466	8,75	15,13	35,46	306,72	96,41
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	182	5,09	4,55	8,20	102,75	1,27
Итого			182	5,09	4,55	8,20	102,75	1,27
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	36	0,28	2,25	0,88	24,78	3,50
2024	26	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,90	3,57	9,00	90,73	0,00
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	10,68	5,52	14,13	148,86	0,29
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	3,44	4,04	20,97	122,74	0,00
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,71	0,13	6,55	31,51	0,00
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,76	0,74	13,14	66,94	0,00
Итого			561	20,15	16,34	77,85	537,12	3,79
Полдник								
2012	288/356	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50/20	8,39	10,40	7,53	160,66	0,49
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	108	2,41	3,71	16,33	108,63	7,93
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	145	0,72	0,14	14,69	62,54	2,91
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ	43	1,41	2,62	20,71	106,12	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,71	0,13	6,55	31,51	0,00
Итого			381	13,64	17,00	65,81	469,46	11,33
Всего				47,63	53,02	187,32	1 416,05	112,80

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

МЕНЮ

6 ноября 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								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,32	1,95	7,71	57,91	0,04
2024	27	КАША "ДРУЖБА"	130	3,08	5,71	21,09	141,70	1,50
2024	23	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34	0,00
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	44,52	0,00
Итого			400	10,34	12,33	44,82	304,47	1,54
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,76	0,16	15,16	64,50	3,00
Итого			150	0,76	0,16	15,16	64,50	3,00
Обед								
2024	21	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39	0,00
2024	60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	159	5,71	6,12	10,75	214,07	0,00
2024	52	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,77	0,05	18,45	77,85	0,00
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,55	0,72	12,77	65,11	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,72	0,14	6,61	31,81	0,00
Итого			555	12,28	12,33	57,17	482,43	2,00
Полдник								
2024	56	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	31	0,34	0,06	1,17	7,42	7,73
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	6,90	7,70	6,60	114,00	0,00
2011	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	3,21	6,55	19,72	111,00	0,00
2024	16	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50	0,66
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	54	4,00	3,50	23,60	135,40	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,72	0,14	6,61	31,81	0,00
Итого			432	15,30	17,95	64,78	429,13	8,39
Всего				38,68	42,77	181,93	1 280,53	14,93

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

МЕНЮ

7 ноября 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								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	21	1,09	0,46	11,59	44,36	0,00
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,32	5,93	22,00	158,93	0,30
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2012	368	БАНАН	95	1,43	0,48	15,95	80,20	0,00
Итого			408	7,00	6,91	60,40	311,36	0,30
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	171	3,74	4,29	6,67	74,24	0,00
Итого			171	3,74	4,29	6,67	74,24	0,00
Обед								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	17/20	1,89	3,12	1,46	46,37	0,00
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	6,62	4,52	13,80	122,57	7,50
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	51	5,69	9,32	9,36	116,28	0,00
2012	333	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	99	1,09	1,93	6,09	46,49	5,51
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,09	0,08	13,01	53,58	0,83
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,70	0,13	6,49	31,20	0,00
Итого			542	17,38	19,68	60,50	468,89	13,84
Полдник								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	39	0,49	0,00	1,86	9,89	39,20
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	55	5,12	5,54	12,12	120,31	0,00
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	111	2,07	3,64	10,80	102,15	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	153	0,77	0,16	15,44	65,77	3,06
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	44	1,85	0,80	12,82	111,85	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,70	0,13	6,49	31,20	0,00
Итого			417	11,00	10,27	59,53	441,17	42,26
Всего				39,12	41,15	187,10	1 295,66	56,40

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.