

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

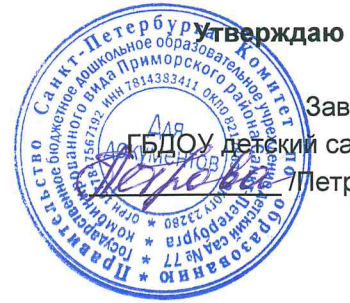
Петрова Н.Г./

**МЕНЮ****10 ноября 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	31	3,93	3,65	10,36	90,74	0,07
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	8,31	7,64	41,74	270,23	0,82
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,21	2,43	13,12	87,86	0,52
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	101	0,91	0,20	8,18	43,43	60,60
<b>Итого</b>			<b>482</b>	<b>16,36</b>	<b>13,92</b>	<b>73,40</b>	<b>492,26</b>	<b>62,01</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	5,95	5,13	9,85	110,76	1,10
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,95</b>	<b>5,13</b>	<b>9,85</b>	<b>110,76</b>	<b>1,10</b>
<b>Обед</b>								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,39	1,05	1,21	15,78	0,00
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20	3,40	2,10	10,25	73,70	2,65
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	81	8,94	9,60	7,91	188,16	0,00
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	131	1,46	2,47	8,22	61,73	7,39
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,31	0,07	15,71	65,25	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,97	0,26	12,59	60,58	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,27	0,88	15,57	79,39	0,00
<b>Итого</b>			<b>722</b>	<b>18,74</b>	<b>16,43</b>	<b>71,46</b>	<b>544,59</b>	<b>10,04</b>
<b>Полдник</b>								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	72	9,14	4,18	19,66	123,03	0,00
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,73	2,14	4,19	118,73	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,64	0,22	10,49	50,48	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,90	0,74	12,98	66,16	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ	31	1,86	10,93	12,71	115,29	0,00
<b>Итого</b>			<b>473</b>	<b>17,87</b>	<b>18,45</b>	<b>82,03</b>	<b>566,69</b>	<b>72,00</b>
<b>Всего</b>				<b>58,92</b>	<b>53,93</b>	<b>236,74</b>	<b>1 714,30</b>	<b>145,15</b>

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.



# МЕНЮ

11 ноября 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	30	1,62	8,61	10,82	127,32	0,00
2024	TK № 43	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	198	8,49	3,07	23,13	149,88	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	0,00
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ	94	0,38	0,28	9,68	44,18	4,70
<b>Итого</b>			<b>522</b>	<b>10,69</b>	<b>11,97</b>	<b>51,85</b>	<b>356,29</b>	<b>4,70</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	TK № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	201	5,63	5,02	9,06	113,56	1,41
<b>Итого</b>			<b>201</b>	<b>5,63</b>	<b>5,02</b>	<b>9,06</b>	<b>113,56</b>	<b>1,41</b>
<b>Обед</b>								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	47	0,52	2,90	1,64	35,64	11,70
2024	TK № 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	170/15/15	3,13	5,84	10,87	112,16	0,00
2024	TK № 45	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	69	8,78	7,93	18,77	181,55	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	149	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,39	0,19	8,90	42,83	0,00
2024	TK № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>691</b>	<b>17,89</b>	<b>20,03</b>	<b>90,18</b>	<b>626,26</b>	<b>11,82</b>
<b>Полдник</b>								
2024	TK № 46	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	5,15	7,39	1,56	108,93	0,00
2008	175	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ	127	5,16	12,74	11,00	180,06	30,98
2024	TK № 47	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,34	0,08	11,35	67,98	0,00
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,39	0,19	8,90	42,83	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2011	431	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ	55	4,73	1,82	38,16	165,38	0,00
<b>Итого</b>			<b>478</b>	<b>18,65</b>	<b>22,95</b>	<b>83,82</b>	<b>630,68</b>	<b>30,98</b>
<b>Всего</b>				<b>52,86</b>	<b>59,97</b>	<b>234,91</b>	<b>1 726,79</b>	<b>48,91</b>

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

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

# МЕНЮ

12 ноября 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	TK № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,00
2024	TK № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,00
2024	TK № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	93	0,89	0,22	8,37	42,41	0,00
<b>Итого</b>			<b>473</b>	<b>10,46</b>	<b>11,88</b>	<b>52,17</b>	<b>356,46</b>	<b>1,76</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	TK № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	202	2,83	5,05	13,27	90,97	0,00
<b>Итого</b>			<b>202</b>	<b>2,83</b>	<b>5,05</b>	<b>13,27</b>	<b>90,97</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	51	3,29	3,49	5,65	67,19	0,00
2024	TK № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	2,06	4,18	21,00	141,30	0,00
2024	TK № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	7,04	9,16	18,04	177,21	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	139	2,75	2,10	11,27	75,96	0,00
2024	TK № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,43	0,19	9,16	44,05	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,90	0,74	12,98	66,16	0,00
<b>Итого</b>			<b>688</b>	<b>18,76</b>	<b>19,95</b>	<b>92,14</b>	<b>631,24</b>	<b>0,16</b>
<b>Полдник</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,00
2024	TK № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	12,29	14,87	29,71	310,56	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,14	77,24	3,59
2024	TK № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,52	0,59	10,38	52,92	0,00
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>16,60</b>	<b>17,64</b>	<b>66,73</b>	<b>500,28</b>	<b>3,59</b>
<b>Всего</b>				<b>48,65</b>	<b>54,52</b>	<b>224,31</b>	<b>1 578,95</b>	<b>5,51</b>

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

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

# МЕНЮ

13 ноября 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	31	3,88	3,57	10,54	90,43	0,07
2024	TK № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	2,89	5,08	20,80	139,43	0,00
2024	TK № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	179	3,73	3,08	11,22	85,42	0,00
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	97	0,39	0,39	9,51	45,59	3,88
<b>Итого</b>			<b>457</b>	<b>10,89</b>	<b>12,12</b>	<b>52,07</b>	<b>360,87</b>	<b>3,95</b>
<b>II Завтрак</b>								
2024	TK № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	192	2,81	4,80	12,95	87,25	0,00
<b>Итого</b>			<b>192</b>	<b>2,81</b>	<b>4,80</b>	<b>12,95</b>	<b>87,25</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2024	TK № 55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	50	3,14	6,24	3,43	82,99	1,69
2024	TK № 56	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/10/10	2,43	5,22	1,92	110,67	0,00
2024	TK № 57	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	70	6,13	4,91	9,92	76,55	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	2,52	17,00	101,81	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	30,66	120,92	0,00
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,03	0,27	12,97	62,41	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,30	0,89	15,73	80,17	0,00
<b>Итого</b>			<b>711</b>	<b>18,84</b>	<b>20,11</b>	<b>91,63</b>	<b>635,52</b>	<b>1,69</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,93	4,46	0,27	60,92	0,00
2024	TK № 58	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	195	6,17	9,01	20,04	196,09	0,00
2024	TK № 59	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,18	77,36	3,60
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,36	0,19	8,73	42,01	0,00
2008	451	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	59	3,62	3,45	29,25	160,90	2,14
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>16,98</b>	<b>17,29</b>	<b>76,47</b>	<b>537,28</b>	<b>5,74</b>
<b>Всего</b>				<b>49,52</b>	<b>54,32</b>	<b>233,12</b>	<b>1 620,92</b>	<b>11,38</b>

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

# МЕНЮ

14 ноября 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,30	2,91	16,18	94,93	1,78
2024	TK № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,59	5,21	26,92	177,53	0,52
2024	TK № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,95	2,43	10,83	77,73	0,54
2024	TK № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	49,52	0,00
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>12,64</b>	<b>13,05</b>	<b>58,44</b>	<b>399,71</b>	<b>2,84</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	201	5,97	5,14	9,87	111,06	1,10
<b>Итого</b>			<b>201</b>	<b>5,97</b>	<b>5,14</b>	<b>9,87</b>	<b>111,06</b>	<b>1,10</b>
<b>Обед</b>								
2024	TK № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	2,18	7,86	16,65	137,85	0,00
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	12,54	11,25	30,40	288,14	15,80
2024	TK № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,97	0,26	12,59	60,58	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,27	0,88	15,57	79,39	0,00
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>19,41</b>	<b>20,30</b>	<b>91,00</b>	<b>630,90</b>	<b>20,80</b>
<b>Полдник</b>								
2024	TK № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	72	6,13	3,61	16,20	133,80	0,00
2024	TK № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	128	2,58	8,64	16,61	155,17	10,48
2024	TK № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	4,28	6,27	21,10	156,04	6,05
2024	TK № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,30	0,31	14,69	70,68	0,00
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>16,05</b>	<b>18,88</b>	<b>82,80</b>	<b>576,54</b>	<b>16,77</b>
<b>Всего</b>				<b>54,07</b>	<b>57,37</b>	<b>242,11</b>	<b>1 718,21</b>	<b>41,51</b>

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.