

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

МЕНЮ

23 декабря 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	31	1,67	8,87	11,14	131,14	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	83	0,33	0,25	8,55	39,01	4,15
Итого			512	10,69	12,20	51,04	354,94	4,15
II Завтрак								
2024	TK № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200	5,60	5,00	9,02	113,02	1,40
Итого			200	5,60	5,00	9,02	113,02	1,40
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	41	0,45	2,49	1,41	30,71	10,08
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)	65	8,33	7,52	17,81	172,28	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	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	1,14	0,44	7,86	40,09	0,00
Итого			682	17,39	19,22	89,14	612,85	10,20
Полдник								
2024	TK № 46	СУФЛЕ РЫБНОЕ	66	4,89	7,02	1,48	103,48	0,00
2008	175	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ	116	4,59	12,58	10,33	173,60	26,65
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	26	1,92	0,74	13,11	66,81	0,00
2011	431	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ	55	4,68	1,80	37,78	163,73	0,00
Итого			464	17,81	22,41	82,95	618,43	26,65
Всего				51,49	58,83	232,15	1 699,24	42,40

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.



МЕНЮ

24 декабря 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	29	1,26	2,82	15,70	92,11	1,72
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,00
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
Итого			479	10,50	11,84	52,48	357,77	1,72
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	197	2,74	4,90	12,88	88,27	0,00
Итого			197	2,74	4,90	12,88	88,27	0,00
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	3,23	3,42	5,54	65,87	0,00
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	2,06	4,18	21,00	141,30	0,00
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	67	6,83	8,88	17,49	171,84	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,78	2,12	11,38	76,73	0,00
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37	0,16
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,18	8,56	41,20	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			683	18,40	19,60	90,86	621,81	0,16
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,00
2024	ТК № 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	18,15	77,25	3,59
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			450	16,58	17,63	66,64	499,77	3,59
Всего				48,22	53,97	222,86	1 567,62	5,47

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



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

МЕНЮ

25 декабря 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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29	3,63	3,29	10,28	85,86	0,06
2024	TK № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	2,89	5,08	20,80	139,43	0,00
2024	TK № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	177	3,66	3,02	11,00	83,71	0,00
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	93	0,37	0,37	9,11	43,71	3,72
Итого			449	10,55	11,76	51,19	352,71	3,78
II Завтрак								
2024	TK № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	188	2,75	4,70	12,68	85,44	0,00
Итого			188	2,75	4,70	12,68	85,44	0,00
Обед								
2024	TK № 55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	49	2,90	5,51	3,47	75,61	1,70
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	68	5,95	4,76	9,62	74,25	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	2,52	17,00	101,81	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	199	0,09	0,06	30,35	119,71	0,00
2024	TK № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,07	0,27	13,23	63,64	0,00
2024	TK № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,27	0,88	15,57	79,39	0,00
Итого			707	18,43	19,22	91,16	625,08	1,70
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,93	4,46	0,27	60,92	0,00
2024	TK № 58	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	196	6,17	9,01	20,04	196,09	0,00
2024	TK № 59	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,19	77,45	3,61
2024	TK № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,40	0,19	8,99	43,24	0,00
2008	451	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	58	3,54	3,38	28,66	157,61	2,09
Итого			495	16,94	17,22	76,15	535,31	5,70
Всего				48,67	52,90	231,18	1 598,54	11,18

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 77/2
Петрова Н.Г./**МЕНЮ**
26 декабря 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,30	2,91	16,18	94,93	1,78
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	3,77	4,20	21,64	139,49	0,00
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,94	2,43	10,73	77,16	0,55
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	103	2,88	2,58	4,65	51,01	0,00
Итого			483	10,89	12,12	53,20	362,59	2,33
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	198	2,76	4,95	12,94	89,85	0,00
Итого			198	2,76	4,95	12,94	89,85	0,00
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,26	7,07	5,05
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	199	12,54	11,25	30,40	288,14	15,80
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,01	0,26	12,85	61,80	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,32	0,90	15,88	80,96	0,00
Итого			690	19,50	20,32	91,58	633,76	20,85
Полдник								
2024	ТК № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	69	5,95	3,50	15,72	129,87	0,00
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	131	2,70	8,63	16,91	156,72	10,62
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	61	4,32	6,33	21,31	157,57	6,11
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,34	0,31	14,99	72,10	0,00
Итого			476	16,07	18,82	83,13	577,11	16,97
Всего				49,22	56,21	240,85	1 663,31	40,15

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



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

МЕНЮ

29 декабря 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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29	3,52	3,09	10,75	85,42	0,06
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,94	9,11	29,35	223,48	0,41
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			459	10,50	12,40	54,29	376,76	60,50
II Завтрак								
2024	TK № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	209	5,84	5,22	9,41	117,90	1,46
Итого			209	5,84	5,22	9,41	117,90	1,46
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	50	0,87	3,11	4,05	48,92	14,84
2024	TK № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	322/10/20	4,99	4,69	0,68	64,89	0,93
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	75	6,26	12,18	2,78	81,03	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,59	3,85	16,85	112,83	7,81
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	198	0,09	0,06	30,35	119,71	0,24
2024	TK № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,78	0,37	17,81	85,67	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,92	0,74	13,11	66,81	0,00
Итого			873	19,50	25,00	85,63	579,86	23,82
Полдник								
2024	TK № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	183	12,52	15,17	31,74	326,97	0,00
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	31	0,39	0,01	3,80	15,61	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,21	77,51	3,61
2024	TK № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	41	3,09	1,19	21,18	107,94	0,00
Итого			435	16,90	16,55	74,93	528,03	3,61
Всего				52,74	59,17	224,26	1 602,55	89,39

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

МЕНЮ

30 декабря 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	31	1,33	2,97	16,50	96,81	1,81
2024	TK № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,74	7,89	29,24	211,62	0,50
2024	TK № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,23	2,45	13,24	88,66	0,53
2024	TK № 1	БАНАН СВЕЖИЙ	101	1,52	0,51	21,21	96,96	10,12
2024	TK № 11	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ ПИТЬЕВОЙ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
Итого			582	14,62	16,32	84,70	550,56	13,66
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	203	6,01	5,18	9,95	111,92	1,11
Итого			203	6,01	5,18	9,95	111,92	1,11
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	51	0,56	3,14	1,77	38,66	0,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	3,99	5,28	10,17	104,42	3,86
2024	TK № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	221	11,12	10,86	42,63	302,79	0,00
2024	TK № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,66	0,27	19,05	93,80	0,00
2024	TK № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,18	0,15	7,57	36,40	0,00
2024	TK № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,21	0,47	8,25	42,05	0,00
Итого			687	18,72	20,17	89,44	618,12	3,86
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	75	8,65	5,22	8,25	114,74	0,28
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	151	2,80	5,04	18,46	130,84	8,89
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,91	0,18	18,21	77,53	3,61
2024	TK № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,18	0,15	7,57	36,40	0,00
2024	TK № 16	ПЕЧЕНЬЕ	23	1,69	2,20	16,71	93,70	0,00
Итого			447	15,23	12,79	69,20	453,21	12,78
Всего				54,58	54,46	253,29	1 733,81	31,41

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.