





Утверждаю

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



# МЕНЮ

4 марта 2026 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,88	16,02	93,99
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	98	0,94	0,24	8,82	44,69
Итого		10,51	11,90	52,62	358,74
<b>II Завтрак</b>					
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	194	2,72	4,85	12,75	87,37
Итого		2,72	4,85	12,75	87,37
<b>Обед</b>					
СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	3,23	3,42	5,54	65,87
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	2,06	4,18	21,00	141,30
СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	7,04	9,16	18,04	177,21
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,78	2,12	11,38	76,73
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,18	8,56	41,20
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,86	0,72	12,72	64,85
Итого		18,59	19,87	91,28	626,53
<b>Полдник</b>					
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	197	12,04	14,57	29,12	304,35
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,22	77,57
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Итого		16,33	17,33	66,12	493,88
Всего		48,15	53,95	222,77	1 566,52

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./



# МЕНЮ

5 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,75
КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	2,89	5,08	20,80	139,43
КАКАО С МОЛОКОМ	179	3,73	3,08	11,22	85,42
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого		10,84	12,09	52,10	360,60
<b>II Завтрак</b>					
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	199	2,93	5,00	13,49	90,89
Итого		2,93	5,00	13,49	90,89
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	52	3,13	6,42	3,56	85,13
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/10/10	2,43	5,22	1,92	110,67
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	70	6,13	4,91	9,92	76,55
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	2,52	17,00	101,81
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	30,66	120,92
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,95	0,25	12,47	59,97
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,30	0,89	15,73	80,17
Итого		18,75	20,27	91,26	635,22
<b>Полдник</b>					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,93	4,46	0,27	60,92
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	6,30	9,19	20,45	200,09
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	179	0,90	0,18	18,11	77,11
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	60	3,69	3,52	29,85	164,18
Итого		17,14	17,53	77,16	543,09
Всего		49,66	54,89	234,01	1 629,80

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

