

Утверждаю

Заведующий

ГБОУ детский сад № 77/2

/Петрова Н.Г./

МЕНЮ

24 марта 2026 г.

Ясли 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	21	1,10	0,47	11,70	44,79
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,71	17,58	145,89
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39
ГРУША	97	0,38	0,29	9,89	45,10
Итого		4,95	8,29	51,00	296,17
II Завтрак					
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	173	3,77	4,34	6,73	74,97
Итого		3,77	4,34	6,73	74,97
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	26	1,52	1,55	1,83	27,64
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,35	2,69	14,38	99,24
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	153	19,85	8,76	13,07	231,91
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	15,74	76,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40
Итого		28,20	13,91	61,67	517,93
Полдник					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,48	2,25	0,14	30,76
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	163	9,96	9,56	12,49	208,73
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	44,52
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40
Итого		17,75	15,07	42,87	405,38
Всего		54,67	41,61	162,27	1 294,45

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

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



МЕНЮ

25 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	131	6,45	14,26	5,22	175,81
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87
АПЕЛЬСИН	80	0,73	0,16	6,55	34,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,70	0,13	6,49	31,20
Итого		8,04	14,59	29,12	269,60
II Завтрак					
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	180	5,04	4,50	8,12	101,72
Итого		5,04	4,50	8,12	101,72
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	38	0,29	2,32	0,90	25,56
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,90	3,57	9,00	90,73
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	56	5,16	2,49	21,19	109,62
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	3,44	4,04	20,97	122,74
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,70	0,13	6,49	31,20
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,80	0,76	13,40	68,27
Итого		14,67	13,40	85,13	499,68
Полдник					
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50/20	8,43	10,12	7,35	157,48
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	111	2,46	3,78	16,80	111,24
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	147	0,74	0,14	14,82	63,06
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ	42	1,34	2,50	19,76	101,25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,70	0,13	6,49	31,20
Итого		13,67	16,67	65,22	464,23
Всего		41,42	49,16	187,59	1 335,23

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



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

МЕНЮ

27 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,06	0,45	11,25	43,07
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87
БАНАН	94	1,40	0,47	15,63	78,60
Итого		6,12	6,80	60,04	292,58
II Завтрак					
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170	3,70	4,25	6,60	73,50
Итого		3,70	4,25	6,60	73,50
Обед					
СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	19/20	2,08	3,43	1,61	50,96
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	6,52	4,44	13,79	121,42
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	50	5,58	9,14	9,18	114,00
КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	112	1,22	2,16	6,84	52,18
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	151	0,09	0,08	13,14	54,12
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,72	0,14	6,61	31,81
Итого		17,51	19,97	61,46	476,89
Полдник					
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	42	0,53	0,00	2,01	10,70
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	52	4,78	5,17	11,32	112,36
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,05	3,60	10,69	101,14
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,76	0,16	15,16	64,50
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	43	1,81	0,79	12,56	109,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,72	0,14	6,61	31,81
Итого		10,65	9,86	58,35	430,14
Всего		37,98	40,88	186,45	1 273,11

Медицинская сестра _____

Константинова Т.Ю.