

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

/Петрова Н.Г./



# МЕНЮ

6 апреля 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       | 88,80                         |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ            | 150       | 5,66              | 9,06    | 28,96       | 220,57                        |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 180       | 0,14              | 0,00    | 6,09        | 24,86                         |
| АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ                                    | 100       | 0,90              | 0,20    | 8,10        | 43,00                         |
| Итого  |           | 10,52             | 12,79   | 53,43       | 377,23                        |
| <b>II Завтрак</b>                                  |           |                   |         |             |                               |
| ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ | 201       | 5,61              | 5,01    | 9,04        | 113,32                        |
| Итого  |           | 5,61              | 5,01    | 9,04        | 113,32                        |
| <b>Обед</b>  |           |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ          | 45        | 0,76              | 2,71    | 3,53        | 42,68                         |
| БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 170/10/20 | 4,67              | 4,38    | 0,66        | 60,99                         |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ                        | 70        | 5,85              | 11,38   | 2,60        | 75,73                         |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ                       | 127       | 2,51              | 3,89    | 16,38       | 111,19                        |
| КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ                                  | 199       | 0,09              | 0,06    | 30,66       | 120,92                        |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 37        | 2,44              | 0,33    | 15,58       | 74,96                         |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                  | 25        | 1,88              | 0,73    | 12,85       | 65,50                         |
| Итого  |           | 18,20             | 23,48   | 82,26       | 551,97                        |
| <b>Полдник</b>                                     |           |                   |         |             |                               |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                               | 177       | 12,15             | 14,72   | 30,81       | 317,35                        |
| СОУС КЛЮКВЕННЫЙ                                    | 30        | 0,38              | 0,01    | 3,73        | 15,31                         |
| СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ                       | 180       | 0,90              | 0,18    | 18,19       | 77,44                         |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                  | 40        | 3,00              | 1,16    | 20,56       | 104,80                        |
| Итого  |           | 16,43             | 16,07   | 73,29       | 514,90                        |
| Всего  |           | 50,76             | 57,35   | 218,02      | 1 557,42                      |

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

/Петрова Н.Г./



# МЕНЮ

7 апреля 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ                                      | 150      | 2,68              | 4,07    | 10,57       | 119,00                        |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ  | 200      | 3,17              | 2,48    | 13,02       | 55,25                         |
| БАНАН СВЕЖИЙ  | 91       | 1,35              | 0,45    | 18,90       | 86,40                         |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ                                    | 100      | 2,80              | 2,50    | 4,51        | 49,52                         |
| Итого   |          | 11,29             | 12,38   | 63,02       | 404,16                        |
| <b>II Завтрак</b>   |          |                   |         |             |                               |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ                                     | 199      | 2,79              | 5,00    | 13,07       | 90,76                         |
| Итого   |          | 2,79              | 5,00    | 13,07       | 90,76                         |
| <b>Обед</b>   |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ   | 44       | 0,49              | 2,74    | 1,55        | 33,74                         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 190/10/1 | 3,97              | 3,81    | 11,71       | 97,18                         |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ   | 208      | 10,56             | 10,32   | 40,50       | 287,65                        |
| НАПИТОК ИЗ КУРАГИ   | 180      | 0,66              | 0,27    | 19,05       | 93,80                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 16       | 1,07              | 0,14    | 6,87        | 33,04                         |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ   | 15       | 1,14              | 0,44    | 7,79        | 39,69                         |
| Итого   |          | 17,89             | 17,72   | 87,47       | 585,10                        |
| <b>Полдник</b>  |          |                   |         |             |                               |
| ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ  | 70       | 8,57              | 9,06    | 17,95       | 205,94                        |
| КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ  | 150      | 3,35              | 5,72    | 19,28       | 142,34                        |
| СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ  | 180      | 0,90              | 0,18    | 18,18       | 77,40                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 16       | 1,07              | 0,14    | 6,87        | 33,04                         |
| ПЕЧЕНЬЕ   | 21       | 1,58              | 2,06    | 15,62       | 87,57                         |
| Итого   |          | 15,47             | 17,16   | 77,90       | 546,29                        |
| Всего   |          | 47,44             | 52,26   | 241,46      | 1 626,31                      |

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.



Утверждаю

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



# МЕНЮ

9 апреля 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       | 3,85              | 3,56    | 10,31       | 89,33                         |
| КАША "ДРУЖБА"                                      | 150      | 2,31              | 4,98    | 21,41       | 141,04                        |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                    | 180      | 3,73              | 3,08    | 11,22       | 85,42                         |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                    | 108      | 1,04              | 0,26    | 9,72        | 49,25                         |
| Итого  |          | 10,93             | 11,88   | 52,66       | 365,04                        |
| <b>II Завтрак</b>                                  |          |                   |         |             |                               |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ                    | 200      | 2,79              | 5,00    | 13,07       | 90,76                         |
| Итого  |          | 2,79              | 5,00    | 13,07       | 90,76                         |
| <b>Обед</b>  |          |                   |         |             |                               |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                                     | 50       | 0,40              | 0,05    | 0,85        | 6,50                          |
| СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА | 179/8/12 | 3,18              | 6,95    | 23,90       | 163,47                        |
| БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ                                    | 70       | 10,19             | 10,34   | 7,26        | 164,82                        |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                        | 150      | 2,91              | 2,71    | 35,09       | 186,84                        |
| ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                     | 180/10   | 0,04              | 0,03    | 7,20        | 27,94                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 20       | 1,31              | 0,18    | 8,40        | 40,38                         |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                  | 15       | 1,12              | 0,43    | 7,71        | 39,30                         |
| Итого  |          | 19,15             | 20,69   | 90,41       | 629,25                        |
| <b>Полдник</b>                                     |          |                   |         |             |                               |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                      | 200      | 8,53              | 7,18    | 33,46       | 248,12                        |
| СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ                       | 180      | 0,90              | 0,18    | 18,23       | 77,61                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 25       | 1,64              | 0,22    | 10,49       | 50,48                         |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                                | 60       | 5,51              | 8,92    | 13,82       | 164,55                        |
| Итого  |          | 16,58             | 16,50   | 76,00       | 540,76                        |
| Всего  |          | 49,45             | 54,07   | 232,14      | 1 625,81                      |

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



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

# МЕНЮ

10 апреля 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        | 1,30              | 2,91    | 16,18       | 94,93                         |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                       | 150       | 8,37              | 8,32    | 20,51       | 194,15                        |
| ЧАЙ С САХАРОМ  | 180       | 0,14              | 0,00    | 6,09        | 24,86                         |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ  | 100       | 0,40              | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |
| Итого  |           | 10,21             | 11,63   | 52,58       | 360,94                        |
| <b>II Завтрак</b>                                    |           |                   |         |             |                               |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ                                 | 201       | 2,96              | 5,05    | 13,62       | 91,80                         |
| Итого  |           | 2,96              | 5,05    | 13,62       | 91,80                         |
| <b>Обед</b>  |           |                   |         |             |                               |
| ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)                            | 55        | 0,69              | 0,06    | 2,62        | 13,87                         |
| РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 180/10/10 | 2,11              | 3,04    | 4,95        | 97,95                         |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ                         | 70        | 8,33              | 6,58    | 18,63       | 118,34                        |
| КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ                  | 150       | 3,28              | 9,98    | 23,12       | 196,22                        |
| НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ               | 180       | 0,05              | 0,00    | 14,54       | 57,94                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 30        | 2,01              | 0,26    | 12,85       | 61,80                         |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 29        | 2,21              | 0,85    | 15,11       | 77,03                         |
| Итого  |           | 18,68             | 20,77   | 91,82       | 623,15                        |
| <b>Полдник</b>                                       |           |                   |         |             |                               |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ  | 199       | 10,48             | 12,90   | 15,29       | 280,00                        |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ  | 193/7     | 0,20              | 0,01    | 8,22        | 34,91                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                     | 25        | 1,68              | 0,22    | 10,71       | 51,50                         |
| СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                                   | 60        | 5,17              | 4,19    | 45,06       | 182,59                        |
| Итого  |           | 17,53             | 17,32   | 79,28       | 549,00                        |
| Всего  |           | 49,38             | 54,77   | 237,30      | 1 624,89                      |

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.