

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./



МЕНЮ

20 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 29 | 3,74 | 3,46 | 10,07 | 87,02 |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ | 150 | 5,64 | 8,79 | 29,23 | 219,07 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,14 | 0,00 | 6,09 | 24,86 |
| АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 97 | 0,87 | 0,19 | 7,86 | 41,71 |
| Итого | | 10,39 | 12,44 | 53,25 | 372,66 |
| II Завтрак | | | | | |
| ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ | 199 | 5,58 | 4,99 | 9,00 | 112,72 |
| Итого | | 5,58 | 4,99 | 9,00 | 112,72 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ | 49 | 0,84 | 3,02 | 3,93 | 47,48 |
| БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 170/10/20 | 4,70 | 4,42 | 0,67 | 61,25 |
| РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ | 69 | 5,79 | 11,27 | 2,57 | 74,97 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 130 | 2,56 | 3,77 | 16,88 | 112,25 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ | 200 | 0,09 | 0,06 | 30,66 | 120,92 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 34 | 2,27 | 0,30 | 14,54 | 69,96 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 |
| Итого | | 18,13 | 23,57 | 82,10 | 552,33 |
| Полдник | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 180 | 12,27 | 14,87 | 31,12 | 320,56 |
| СОУС КЛЮКВЕННЫЙ | 31 | 0,39 | 0,01 | 3,76 | 15,46 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,14 | 77,21 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 104,80 |
| Итого | | 16,56 | 16,22 | 73,58 | 518,03 |
| Всего | | 50,66 | 57,22 | 217,93 | 1 555,74 |

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

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



МЕНЮ

21 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | 1,30 | 2,91 | 16,18 | 94,93 |
| 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 | 103 | 1,55 | 0,52 | 21,63 | 98,88 |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 100 | 2,80 | 2,50 | 4,51 | 49,52 |
| Итого | | 11,50 | 12,48 | 65,91 | 417,58 |
| II Завтрак | | | | | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ | 200 | 2,79 | 5,00 | 13,07 | 90,76 |
| Итого | | 2,79 | 5,00 | 13,07 | 90,76 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ | 50 | 0,55 | 3,08 | 1,74 | 37,91 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 190/10/1 | 4,36 | 4,77 | 12,41 | 110,02 |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ | 221 | 11,23 | 10,97 | 43,06 | 305,82 |
| НАПИТОК ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,66 | 0,27 | 19,05 | 93,80 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 14 | 0,95 | 0,12 | 6,11 | 29,37 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,16 | 0,45 | 7,94 | 40,48 |
| Итого | | 18,91 | 19,66 | 90,31 | 617,40 |
| Полдник | | | | | |
| 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 | 181 | 0,90 | 0,18 | 18,23 | 77,63 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 14 | 0,95 | 0,12 | 6,11 | 29,37 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 22 | 1,63 | 2,12 | 16,09 | 90,20 |
| Итого | | 15,40 | 17,20 | 77,66 | 545,48 |
| Всего | | 48,60 | 54,34 | 246,95 | 1 671,22 |

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

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



МЕНЮ

22 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1,60 | 8,52 | 10,71 | 126,05 |
| ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ | 202 | 9,49 | 3,54 | 33,47 | 199,88 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 193/7 | 0,20 | 0,01 | 8,22 | 34,91 |
| Итого | | 11,29 | 12,07 | 52,40 | 360,84 |
| II Завтрак | | | | | |
| ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ | 201 | 5,61 | 5,01 | 9,04 | 113,30 |
| Итого | | 5,61 | 5,01 | 9,04 | 113,30 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА) | 50 | 0,52 | 2,55 | 1,79 | 32,70 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 180/15/5 | 1,97 | 3,96 | 19,65 | 98,02 |
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 68 | 9,85 | 9,31 | 2,43 | 132,97 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 7,35 | 4,98 | 33,26 | 206,99 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,35 | 0,18 | 8,65 | 41,61 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,27 | 0,88 | 15,57 | 79,39 |
| Итого | | 23,31 | 21,86 | 88,13 | 618,77 |
| Полдник | | | | | |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ | 69/25 | 10,94 | 9,79 | 9,38 | 172,05 |
| ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 135 | 0,96 | 2,48 | 7,34 | 56,33 |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,60 | 0,24 | 22,00 | 93,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,35 | 0,18 | 8,65 | 41,61 |
| БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 61 | 5,97 | 2,19 | 33,62 | 175,74 |
| Итого | | 19,82 | 14,88 | 80,99 | 538,73 |
| Всего | | 60,03 | 53,82 | 230,56 | 1 631,64 |

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

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



МЕНЮ
23 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 3,76 | 3,46 | 10,13 | 87,32 |
| 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 | 98 | 0,94 | 0,24 | 8,82 | 44,69 |
| Итого | | 10,74 | 11,76 | 51,58 | 358,47 |
| II Завтрак | | | | | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ | 201 | 2,82 | 5,05 | 13,20 | 91,67 |
| Итого | | 2,82 | 5,05 | 13,20 | 91,67 |
| Обед | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 47 | 0,38 | 0,05 | 0,81 | 6,18 |
| СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА | 177/8/12 | 3,15 | 6,88 | 23,66 | 161,84 |
| 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 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,11 | 0,43 | 7,63 | 38,91 |
| Итого | | 19,10 | 20,62 | 90,13 | 627,32 |
| Полдник | | | | | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 201 | 8,53 | 7,18 | 33,46 | 248,12 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,21 | 77,53 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 60 | 5,41 | 8,74 | 13,55 | 161,32 |
| Итого | | 16,50 | 16,32 | 75,82 | 537,96 |
| Всего | | 49,16 | 53,75 | 230,73 | 1 615,42 |

Медицинская сестра _____

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./



МЕНЮ
24 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| 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 |
| II Завтрак | | | | | |
| КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ | 201 | 2,96 | 5,05 | 13,62 | 91,80 |
| Итого | | 2,96 | 5,05 | 13,62 | 91,80 |
| Обед | | | | | |
| ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО) | 50 | 0,63 | 0,05 | 2,38 | 12,61 |
| 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 | 151 | 3,31 | 10,08 | 23,35 | 198,18 |
| НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 180 | 0,05 | 0,00 | 14,54 | 57,94 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,27 | 0,88 | 15,57 | 79,39 |
| Итого | | 18,69 | 20,89 | 92,14 | 625,60 |
| Полдник | | | | | |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 199 | 10,38 | 12,77 | 15,14 | 277,20 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 193/7 | 0,20 | 0,01 | 8,22 | 34,91 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 |
| СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 61 | 5,27 | 4,27 | 45,96 | 186,24 |
| Итого | | 17,51 | 17,27 | 79,92 | 549,34 |
| Всего | | 49,37 | 54,84 | 238,26 | 1 627,68 |

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.