

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./



МЕНЮ

23 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,68	9,09	29,22	221,96
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	96	0,86	0,19	7,78	41,28
Итого		10,50	12,81	53,37	376,90
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	201	5,61	5,01	9,04	113,31
Итого		5,61	5,01	9,04	113,31
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	47	0,80	2,87	3,73	45,08
БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	168/10/20	4,57	4,27	0,65	59,36
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	68	5,73	11,15	2,55	74,22
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,56	3,97	16,84	113,82
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	30,66	120,92
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,23	0,30	14,25	68,53
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50
Итого		17,86	23,35	81,53	547,43
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	176	12,02	14,57	30,50	314,15
СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	29	0,37	0,01	3,62	14,86
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,91	0,18	18,21	77,49
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80
Итого		16,30	15,92	72,89	511,30
Всего		50,27	57,09	216,83	1 548,94

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



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

МЕНЮ

24 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	31	1,33	2,97	16,50	96,81
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	1,37	0,46	19,11	87,36
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	49,52
Итого		11,35	12,48	63,71	407,94
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	45	0,50	2,77	1,57	34,12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	4,07	4,34	11,86	102,76
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	210	10,56	10,32	40,50	287,65
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,66	0,27	19,05	93,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30
Итого		17,91	18,27	87,05	588,22
Полдник					
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	72	8,83	9,33	18,49	212,12
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,35	5,72	19,28	142,34
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,16	77,31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ПЕЧЕНЬЕ	21	1,60	2,08	15,78	88,45
Итого		15,67	17,44	78,07	550,81
Всего		47,72	53,19	241,90	1 637,73

Медицинская сестра _____

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ДВДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./



МЕНЮ

25 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,62	8,61	10,82	127,32
ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	201	9,40	3,50	33,14	197,90
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91
Итого		11,22	12,12	52,18	360,13
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200	5,60	5,00	9,02	113,02
Итого		5,60	5,00	9,02	113,02
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	70	10,14	9,58	2,45	136,61
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	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,27	0,88	15,57	79,39
Итого		23,57	22,13	87,98	621,59
Полдник					
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70/25	11,23	10,03	9,40	175,59
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	1,32	0,18	8,48	40,79
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,97	2,19	33,62	175,74
Итого		20,08	15,12	80,84	541,45
Всего		60,47	54,37	230,02	1 636,19

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./



МЕНЮ

26 марта 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	3,45	10,38	88,21
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	99	0,95	0,24	8,91	45,14
Итого		10,75	11,75	51,92	359,81
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	201	2,79	5,00	13,07	90,76
Итого		2,79	5,00	13,07	90,76
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50
СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	179/8/12	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	21	1,40	0,19	8,99	43,24
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,43	7,79	39,69
Итого		19,22	20,63	90,84	630,87
Полдник					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	201	8,53	7,18	33,46	248,12
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,17	77,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,76	0,23	11,24	54,05
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	59	5,35	8,65	13,42	159,69
Итого		16,54	16,24	76,29	539,21
Всего		49,30	53,62	232,12	1 620,65

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



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

МЕНЮ

27 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,28	2,85	15,86	93,05
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	104	0,42	0,42	10,19	48,88
Итого		10,21	11,59	52,65	360,94
II Завтрак					
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,93	5,00	13,49	90,89
Итого		2,93	5,00	13,49	90,89
Обед					
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	53	0,66	0,05	2,50	13,24
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	31	2,03	0,27	12,97	62,41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого		18,71	20,79	92,13	624,70
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	1,69	0,22	10,81	52,01
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	59	5,07	4,11	44,16	178,94
Итого		17,34	17,11	78,33	543,06
Всего		49,19	54,49	236,60	1 619,59

Медицинская сестра _____

Константинова Т.Ю.