

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 77/2
Петрова Н.Г./



МЕНЮ

14 сентября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,29	1,89	7,91	58,13
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,17	7,04	18,33	153,87
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,43	1,82	11,07	70,94
АПЕЛЬСИН	98	0,89	0,20	7,93	42,08
Итого		9,78	10,95	45,24	325,02
II Завтрак					
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	192	5,77	4,81	22,50	155,77
Итого		5,77	4,81	22,50	155,77
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	35	0,30	1,80	0,65	20,66
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/25/1	4,10	3,00	29,00	141,00
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	62	8,34	6,74	6,28	135,96
РАГУ ОВОЩНОЕ	114	1,61	4,72	10,33	93,50
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,09	0,07	9,03	30,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	0,75	0,14	6,88	33,08
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,06	0,45	7,94	40,48
Итого		16,25	16,92	70,11	495,03
Полдник					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	38	0,42	0,08	1,44	9,11
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	161	7,91	8,28	28,34	218,16
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18
ПРЯНИКИ	20	1,18	0,94	25,00	71,30
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	44,52
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	0,99	0,18	9,14	43,93
Итого		13,39	11,98	75,39	415,20
Всего		45,19	44,66	213,24	1 391,02

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

Школьный детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./



МЕНЮ

15 сентября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	10	0,30	0,02	0,64	3,92
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	132	8,66	16,67	2,02	192,85
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18
ГРУША	113	0,45	0,35	11,65	53,13
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	0,77	0,14	7,08	34,04
Итого		10,27	17,18	28,35	312,12
II Завтрак					
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	215	3,72	5,40	9,72	86,40
Итого		3,72	5,40	9,72	86,40
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	43	0,48	2,71	1,66	33,75
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	56	4,74	5,41	10,87	114,08
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	112	2,41	3,60	10,69	101,14
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	156	0,78	0,15	15,71	66,89
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,38	0,61	10,91	55,54
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	0,77	0,14	7,08	34,04
Итого		13,77	17,88	64,83	493,83
Полдник					
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60	5,62	4,25	0,26	90,90
ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	112	2,29	2,58	13,52	96,65
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	37,84
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	56	3,58	4,51	55,66	188,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,07	0,18	8,97	43,12
Итого		12,72	11,56	89,27	457,35
Всего		40,48	52,02	192,17	1 349,70

Медицинская сестра

Ref

Константинова Т.Ю.



МЕНЮ

16 сентября 2026 г.

Если 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	19	1,01	0,43	10,69	40,92
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,07	5,72	20,29	146,02
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,40	1,82	11,83	60,39
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	44,52
Итого		7,28	10,47	47,32	291,85
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	140	0,70	0,14	14,14	60,20
Итого		0,70	0,14	14,14	60,20
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	0,99	5,53
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	7,18	1,95	17,35	115,92
СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	9,30	10,84	6,42	160,43
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	125	1,46	3,66	13,78	108,16
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,79	40,77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,21	0,21	10,18	48,95
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30
Итого		20,59	17,23	66,22	519,06
Полдник					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	29	0,36	0,03	3,31	15,22
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	126	12,67	13,04	20,99	267,78
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	2,58	4,59	8,80	99,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,03	0,44	7,71	39,30
Итого		16,64	18,10	40,81	421,30
Всего		45,21	45,94	168,49	1 292,41

Медицинская сестра

Т.Ю. Константинова

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 сентября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	2,29	1,89	7,91	58,13
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,40	6,18	22,92	141,63
КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,95	2,56	11,29	70,59
ЯБЛОКО	92	0,37	0,37	9,03	38,46
Итого		7,01	11,00	51,15	308,81
II Завтрак					
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	146	3,10	3,64	5,63	64,99
Итого		3,10	3,64	5,63	64,99
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	38	0,42	0,08	1,44	9,11
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/20/5	4,50	6,05	15,99	110,10
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	51	2,46	3,42	4,11	59,12
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,52	3,97	20,43	117,80
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	151	0,09	0,06	25,42	99,96
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,42	0,61	10,66	54,36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,16	0,19	8,82	42,42
Итого		12,57	14,38	86,87	492,87
Полдник					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	19	2,29	2,08	0,13	28,29
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	159	9,57	9,19	12,01	200,62
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,18	0,04	10,40	43,80
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	44	1,83	0,79	12,69	110,74
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,16	0,19	8,82	42,42
Итого		15,03	12,29	44,05	425,87
Всего		37,71	41,31	187,70	1 292,54

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.

2/Петрова Н.Г./



Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	19	1,02	0,43	10,80	41,35
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	135	7,44	7,49	25,68	200,63
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,14	2,17	11,51	60,34
АПЕЛЬСИН	71	0,65	0,14	5,78	30,64
Итого		11,25	10,23	53,77	332,96
II Завтрак					
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	167	5,00	4,17	19,50	135,00
Итого		5,00	4,17	19,50	135,00
Обед					
СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ	35	2,10	3,85	2,69	52,68
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	3,90	4,60	9,51	112,06
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	49	5,78	4,10	4,35	100,99
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	112	2,74	2,13	5,79	53,72
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,26	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40
Итого		17,46	15,57	56,41	474,40
Полдник					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	0,99	5,53
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	134	7,74	14,56	8,70	199,43
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	38	1,79	1,60	19,01	107,21
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79
Итого		11,13	16,42	48,04	380,83
Всего		44,84	46,39	177,72	1 323,19

Медицинская сестра

Константинова Т.Ю.