

МЕНЮ

12 октября 2026 г.

Сад 24 часа



Заведующий
ГБДОУ детский сад №78
Центрального района СПб
Дмитриевская О.О.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	150	11,1	17,3	8,5	225
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	7,4	59
Итого		15,3	21,6	31,7	352
II Завтрак					
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ (АПЕЛЬСИН)	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого		0,9	0,2	8,1	43
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8
СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	200	1,7	1,8	13,9	76
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	70	17,6	4,1	5,2	123
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,1	3,5	20,5	118
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,8	31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,9	13,6	70
Итого		26,6	10,6	73,1	477
Полдник					
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,9	0,2	16,6	75
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	5,9	2,4	22,4	132
Итого		6,8	2,6	39	207
Ужин					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	8	12,5	28,3	250
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	190	0,4	0,1	29,3	119
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,3	11,6	56
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,9	13,6	70
Итого		12	13,8	82,8	495
Ужин 2					
БИОКЕФИР	150	5,1	3,8	8,3	92
Итого		5,1	3,8	8,3	92
Всего		66,7	52,6	243	1666

Заведующая

ГБДОУ №78/2 Загородный 17
/Дмитриевская О.О./

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68	1,8
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	7,4	59	0,5
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	150	11,3	18,4	8,5	235	1
Итого			360	15,5	22,7	31,7	362	3,3
II Завтрак								
2008		БИОКЕФИР	180	6,1	4,5	9,9	110	0
Итого			180	6,1	4,5	9,9	110	0
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8	5,9
2008		СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	200	4	4,2	13,7	104	3,4
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	70	17,7	3,6	5,3	119	0,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,1	4,2	20,4	123	9,9
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,8	31	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,9	13,6	70	0
Итого			690	29	13,2	72,9	506	19,3
Полдник								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	8,2	12,8	28,3	254	0
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,9	0,2	16,6	75	1,4
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,3	12,1	58	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6	4	16,3	123	0
Итого			405	16,8	17,3	73,3	510	1,4
Всего				67,4	57,7	187,8	1488	24

Утверждаю

Заведующая

ГБДОУ №78/2 Загородный 17

/Дмитриевская О.О./

МЕНЮ

12 октября 2026 г.

Ясли 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68	1,8
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	7,6	12,2	5,5	156	0,7
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,4	1,8	6,2	49	0,4
Итого			280	11,4	16,1	27,5	273	2,9
II Завтрак								
2008		БИОКЕФИР	150	5,1	3,8	8,3	92	0
Итого			150	5,1	3,8	8,3	92	0
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	4
2008		СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	180	3,3	3,4	12,3	90	2,9
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	50	12,9	3,3	3,8	92	0,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,6	2,5	17,4	96	8,5
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,6	26	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,9	13,6	70	0
Итого			580	22,8	10,3	65,3	431	15,5
Полдник								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	120	6,4	10	22,7	200	0
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,8	0,2	13,8	62	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	9,3	44	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	5,2	4,1	12,9	108	0
Итого			330	13,7	14,5	58,7	414	0
Всего				53	44,7	159,8	1210	18,4