Утверждаю
Руководитель учреждения
Г.В. Смирнова

Смирнова Галина Викторовна

Подписано цифровой подписью: Смирнова Галина Викторовна
DN: c=RU, st=г. Санкт-Петербург, l=Санкт-Петербург, title=заведующий, o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 78 КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА "ЖЕМЧУЖИНКА", 1.2.643.100.3=120B303131333636303238373932, 1.2.643.3.131.1.1=120C373830373033353234353337, email=ds78spb@mail.ru, givenName=Галина Викторовна, sn=Смирнова, cn=Смирнова Галина Викторовна
Дата: 2026.10.19 10:27:59 +03'00'

МЕНЮ
19 октября 2026 года

Ясли утро 4 часа

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,23	4,62	21,06	147,44	0,55
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	2,51	0,66	15,27	76,97	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,58	1,16	9,23	54,03	0,25
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	0,54	3,36	6,77	60,36	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	20	2,48	2,25	0,14	30,70	0,00
2008	015	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
Итого			**445**	**10,21**	**11,77**	**46,51**	**337,18**	**10,30**
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
Итого			**110**	**2,14**	**2,36**	**10,14**	**69,99**	**1,90**
Всего				**12,35**	**14,13**	**56,65**	**407,17**	**12,20**

Ясли вечер 4 часа

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник								
2008	20	-САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,25	2,53	0,79	27,46	1,65
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	3,19	0,46	33,74	151,81	0,00
2012	298	-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	160	14,02	14,39	15,25	247,29	15,26
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергики)	80	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,07	1,70	9,27	61,09	0,38
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2008	479	-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	40	3,51	2,48	13,56	90,79	0,04
Итого			**435**	**21,51**	**21,32**	**49,47**	**477,62**	**17,33**
Всего				**21,51**	**21,32**	**49,47**	**477,62**	**17,33**

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,22	4,65	21,04	147,62	0,55
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	2,51	0,66	14,79	75,04	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,58	1,16	9,23	54,05	0,25
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	0,54	3,36	6,77	60,36	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2008	015	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,31	44,64	9,50
Итого			**445**	**10,20**	**11,79**	**46,49**	**337,32**	**10,30**
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
Итого			**110**	**2,14**	**2,36**	**10,14**	**69,99**	**1,90**
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,33	2,04	3,14	32,88	1,16
2008	76	-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И	180	4,74	4,98	9,68	102,73	6,54
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	180	1,77	0,34	13,94	66,18	6,94
2012	301	-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	13,62	7,64	0,39	128,39	0,41
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергики)	80	14,39	12,38	0,00	168,65	0,00
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,70	3,96	17,64	117,69	8,08
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,72	0,54	22,14	104,57	11,20
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			**625**	**25,49**	**19,71**	**70,36**	**565,38**	**19,79**
Полдник								
2008	20	-САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,25	2,28	0,78	25,20	1,65
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	3,19	0,46	33,74	151,81	0,00
2012	298	-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	160	14,01	14,37	15,24	246,98	15,26
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергики)	80	14,39	12,38	0,00	168,65	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,09	1,70	9,30	61,30	0,38
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2008	479	-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	40	3,46	2,22	13,41	87,74	0,04
Итого			**435**	**21,47**	**20,79**	**49,33**	**472,21**	**17,33**
Всего				**59,30**	**54,65**	**176,32**	**1 444,90**	**49,32**

Логопедия 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,42	6,62	27,99	202,12	0,83
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,88	0,76	16,95	85,99	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,16	0,00	6,77	27,63	0,03
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,20	4,75	9,75	80,08	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	25	3,12	2,82	0,17	38,59	0,00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			**500**	**13,53**	**15,98**	**60,48**	**438,32**	**11,13**
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	3,08	2,75	4,96	62,16	0,77
Итого			**110**	**3,08**	**2,75**	**4,96**	**62,16**	**0,77**
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,49	2,52	3,71	40,19	1,28
2008	76	-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И	200	5,22	6,69	11,40	127,10	7,86
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,97	0,38	15,45	73,36	7,70
2012	301	-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	13,44	8,54	0,48	136,23	0,41
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергики)	80	14,41	12,40	0,00	168,95	0,00
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,85	3,32	18,50	115,77	8,62
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,72	0,54	22,14	104,57	11,20
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			**710**	**26,39**	**22,09**	**75,27**	**610,28**	**21,77**
Полдник								
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	9,16	9,39	5,27	143,49	17,02
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	5,96	24,05	0,01
Итого			**350**	**10,55**	**9,57**	**19,71**	**208,33**	**17,03**
Всего				**53,55**	**50,39**	**160,42**	**1 319,09**	**50,70**

Сад 12 часов (ГБДОУ детский сад № 78-1)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,47	6,88	28,10	205,14	0,83
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4,84	1,27	31,61	157,02	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,20	4,75	9,75	80,08	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	25	2,98	2,70	0,16	36,78	0,00
2008	015	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,84	47,17	10,04
Итого			**500**	**13,44**	**16,12**	**60,62**	**439,70**	**11,17**
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	3,15	2,81	5,07	63,57	0,79
Итого			**110**	**3,15**	**2,81**	**5,07**	**63,57**	**0,79**
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,49	3,00	3,69	44,44	1,28
2008	76	-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И	200	5,31	7,03	11,74	133,78	8,01
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	200	1,79	0,16	19,05	85,58	7,92
2012	301	-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	14,20	13,90	0,54	185,19	0,51
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	90	13,70	11,78	0,00	160,50	0,00
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,33	5,83	28,57	137,06	4,86
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	150	2,52	0,50	20,55	97,10	10,40
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,00	0,00	18,00	72,00	3,60
Итого			**710**	**25,82**	**30,60**	**85,54**	**686,06**	**18,26**
Полдник								
2008	20	-САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,44	3,06	1,31	35,36	2,79
2012	298	-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	200	17,93	18,58	24,36	340,47	19,09
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	195	17,73	22,52	14,29	331,87	23,50
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008	479	-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	50	5,41	4,07	17,83	129,81	0,05
Итого			**530**	**28,33**	**28,77**	**69,16**	**634,83**	**22,51**
Всего				**70,74**	**78,30**	**220,39**	**1 824,16**	**52,73**

Сад 12 часов (ГБДОУ детский сад № 78-2)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,42	6,62	27,99	202,11	0,83
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,88	0,76	16,95	85,99	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,16	0,00	6,77	27,63	0,03
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,20	4,75	9,75	80,08	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	25	3,12	2,82	0,17	38,57	0,00
2008	015	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			**500**	**13,53**	**15,98**	**60,48**	**438,29**	**11,13**
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	3,08	2,75	4,96	62,16	0,77
Итого			**110**	**3,08**	**2,75**	**4,96**	**62,16**	**0,77**
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,49	2,52	3,71	40,29	1,28
2008	76	-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И	200	5,23	6,69	11,40	127,06	7,86
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,97	0,38	15,47	73,45	7,72
2012	301	-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	16,88	10,12	0,53	165,35	0,51
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергики)	80	14,40	12,39	0,00	168,83	0,00
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,35	4,18	21,90	139,53	10,06
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,72	0,54	22,14	104,57	11,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,16	0,00	6,77	27,63	0,03
Итого			**710**	**30,34**	**24,53**	**78,72**	**663,22**	**23,31**
Полдник								
2008	20	-САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,44	3,06	1,32	35,38	2,80
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергики)	80	14,40	12,39	0,00	168,83	0,00
2012	298	-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	200	17,89	18,02	23,92	330,34	18,87
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	3,18	0,46	33,59	151,16	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,16	0,00	6,77	27,63	0,03
2008	479	-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	50	4,86	3,32	17,77	120,67	0,05
Итого			**530**	**27,74**	**27,46**	**68,67**	**615,58**	**22,30**
Всего				**74,69**	**70,72**	**212,83**	**1 779,25**	**57,51**