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=120B303131333630323837393 2, 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 10:29:33 +03'00'

МЕНЮ
21 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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,00	5,43	17,75	120,96	0,87
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	1,35	0,19	18,08	79,42	0,00
2012	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	6,03	24,56	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,64	3,39	8,40	80,64	0,09
Итого			**360**	**9,25**	**9,40**	**42,46**	**278,56**	**0,98**
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				**11,39**	**11,76**	**52,60**	**348,55**	**2,88**

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	011	-ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	14,44	7,35	0,58	126,09	0,30
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергики)	80	14,46	12,45	0,00	169,55	0,00
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	120	1,15	4,49	15,17	103,05	3,83
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,72	0,54	22,14	104,57	11,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	2,10	2,90	9,24	76,10	0,75
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2008	003	ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
Итого			**410**	**20,29**	**15,82**	**55,43**	**448,63**	**6,38**
Всего				**20,29**	**15,82**	**55,43**	**448,63**	**6,38**

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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,00	5,43	17,75	120,96	0,87
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	1,31	0,18	18,21	79,76	0,00
2012	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,05	24,67	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,64	3,39	8,40	80,64	0,09
Итого			**360**	**9,26**	**9,40**	**42,48**	**278,67**	**0,98**
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,14	2,36	10,12	69,86	1,90
Итого			**110**	**2,14**	**2,36**	**10,12**	**69,86**	**1,90**
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,03	3,11	34,24	10,98
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	180/5	5,30	2,68	20,08	125,86	4,24
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	180	1,77	0,34	13,94	66,18	6,94
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	11,56	11,06	2,58	156,03	0,52
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110/3	1,71	3,15	18,45	90,04	0,00
2012	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,58	0,10	15,96	67,16	0,12
Итого			**618**	**22,61**	**19,78**	**78,94**	**566,52**	**15,86**
Полдник								
2008	011	-ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	14,44	7,35	0,58	126,04	0,30
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергики)	80	14,39	12,38	0,00	168,65	0,00
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	120	1,15	4,49	15,17	103,05	3,83
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,52	0,50	20,53	96,99	10,39
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	2,10	2,90	9,24	76,10	0,75
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2008	003	ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
Итого			**410**	**20,29**	**15,82**	**55,43**	**448,58**	**6,38**
Всего				**54,30**	**47,36**	**186,97**	**1 363,63**	**25,12**

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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,60	6,04	22,46	157,48	1,00
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,52	0,21	20,95	91,84	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,00	36,54	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,25	5,21	10,24	95,00	0,10
Итого			**410**	**11,87**	**11,98**	**54,55**	**354,52**	**1,13**
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98	1,90
Итого			**110**	**2,92**	**3,00**	**13,06**	**89,98**	**1,90**
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,79	2,55	3,88	42,81	13,73
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	6,42	2,90	25,98	155,93	4,82
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,97	0,38	15,45	73,36	7,70
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	13,49	13,37	3,01	186,25	0,60
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,02	3,72	24,64	136,76	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			**715**	**26,63**	**23,63**	**90,31**	**678,43**	**19,15**
Полдник								
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	14,40	5,82	3,22	122,56	0,31
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергики)	80	14,41	12,40	0,00	168,95	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2008	пром.	ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,72	0,54	22,14	104,57	11,20
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ С ВАРЕНЬЕМ	180	3,82	3,15	22,42	134,15	0,70
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			**290**	**19,91**	**9,93**	**51,33**	**375,80**	**1,01**
Всего				**61,33**	**48,54**	**209,25**	**1 498,73**	**23,19**

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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,60	6,04	22,46	157,48	1,00
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4,83	1,27	31,59	156,88	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	8,99	36,52	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,21	5,16	10,14	94,05	0,10
Итого			**410**	**11,83**	**11,93**	**54,44**	**353,55**	**1,13**
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								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,79	3,05	4,37	49,26	13,68
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	3,11	3,81	22,53	154,00	3,20
2008		СУП РИСОВЫЙ (аллергики)	200	1,27	0,12	9,68	45,51	2,13
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	13,51	13,38	3,12	186,99	0,62
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70	13,29	11,20	1,67	160,69	0,64
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,02	3,72	24,64	136,76	0,00
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	3,63	0,95	16,45	88,75	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			**715**	**23,34**	**25,05**	**87,46**	**683,69**	**17,50**
Полдник								
2008	011	-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75	16,92	6,61	2,97	139,52	0,32
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	90	11,37	19,47	0,00	220,42	0,00
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	130	1,25	4,91	21,01	138,44	4,14
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА ТУШЕННЫЕ (аллергики)	145	0,83	10,11	16,04	159,07	8,55
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	2,79	3,86	11,70	101,21	1,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008	003	ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			**515**	**24,19**	**16,68**	**72,44**	**553,06**	**7,96**
Всего				**62,51**	**56,47**	**219,41**	**1 653,87**	**27,38**

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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,60	6,04	22,46	157,48	1,00
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,52	0,21	20,90	91,62	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,00	36,53	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,25	5,21	10,24	95,00	0,10
Итого			**410**	**11,87**	**11,98**	**54,55**	**354,51**	**1,13**
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98	1,90
Итого			**110**	**2,92**	**3,00**	**13,06**	**89,98**	**1,90**
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,79	2,55	3,88	42,81	13,72
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	6,44	3,37	26,00	160,28	4,82
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,97	0,38	15,47	73,45	7,72
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	13,49	13,36	3,00	186,18	0,60
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,02	3,72	24,64	136,76	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,64	0,11	17,94	75,43	0,14
Итого			**715**	**27,29**	**24,20**	**101,48**	**731,05**	**19,28**
Полдник								
2008	011	-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75	15,34	6,99	2,57	134,28	0,32
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергики)	80	14,40	12,39	0,00	168,83	0,00
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	130	1,25	4,91	21,01	138,44	4,14
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
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	2,79	3,86	11,70	101,21	1,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,16	0,00	6,77	27,63	0,03
2008	003	ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			**515**	**22,61**	**17,06**	**72,04**	**547,82**	**7,96**
Всего				**64,69**	**56,24**	**241,13**	**1 723,36**	**30,27**