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 10:31:06 +03'00'

МЕНЮ
22 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	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	14,31	15,00	4,19	209,16	0,89
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	1,35	0,19	18,08	79,42	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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,94	3,65	9,50	74,64	0,03
2008	010	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,10	36,10
2012	368	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	95	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
Итого			**440**	**17,59**	**20,00**	**30,05**	**373,93**	**37,27**
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН	110	2,05	2,33	10,16	69,93	0,90
Итого			**110**	**2,05**	**2,33**	**10,16**	**69,93**	**0,90**
Всего				**19,64**	**22,33**	**40,21**	**443,86**	**38,17**

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								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,86	2,00	1,81	28,63	1,31
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	140	4,37	5,26	19,02	141,46	28,68
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,72	0,54	22,14	104,57	11,20
2012	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,08	1,70	9,30	61,27	0,38
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	2,80	2,16	1,76	38,12	0,03
Итого			**425**	**12,36**	**11,99**	**47,31**	**348,08**	**30,40**
Всего				**12,36**	**11,99**	**47,31**	**348,08**	**30,40**

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	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	14,31	14,95	4,19	208,69	0,89
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	9,25	54,12	0,25
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,94	3,65	9,50	74,64	0,03
2008	010	МАНДАРИН	95	0,76	0,19	7,13	36,11	36,11
2012	368	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	95	0,38	0,38	9,31	39,65	9,50
Итого			**440**	**17,59**	**19,95**	**30,07**	**373,56**	**37,28**
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН	110	2,05	2,33	10,16	69,93	0,90
Итого			**110**	**2,05**	**2,33**	**10,16**	**69,93**	**0,90**
Обед								
2008	22	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (НАРЕЗКА)	40	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	1,35	2,20	6,54	51,91	8,83
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	180	1,77	0,34	13,94	66,18	6,94
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	10,41	5,45	1,90	110,75	7,80
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110/3	1,40	3,30	18,75	112,80	0,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	110	2,69	0,39	28,35	127,59	0,00
2012	ТК №003	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	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			**613**	**17,12**	**11,92**	**64,64**	**449,95**	**21,73**
Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,86	2,00	1,81	28,65	1,32
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	140	4,37	5,26	19,02	141,46	28,68
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	3,19	0,46	33,74	151,81	0,00
2012	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,09	1,70	9,31	61,34	0,38
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	2,81	2,21	1,86	39,00	0,03
Итого			**425**	**12,38**	**12,04**	**47,42**	**349,05**	**30,41**
Всего				**49,14**	**46,24**	**152,29**	**1 242,49**	**90,32**

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	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦОМ	100/50	8,31	5,63	17,14	156,33	0,00
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,88	0,76	16,95	85,99	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
Итого			**400**	**11,68**	**11,22**	**53,45**	**364,85**	**0,35**
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110	2,48	3,00	13,04	90,03	0,90
Итого			**110**	**2,48**	**3,00**	**13,04**	**90,03**	**0,90**
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50	1,88
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,67	2,77	7,64	62,73	10,71
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,97	0,38	15,45	73,36	7,70
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	17,59	7,41	2,54	168,34	13,24
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1,65	8,53	23,32	158,90	0,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	3,17	0,46	33,49	150,74	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	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			**695**	**26,12**	**20,03**	**80,55**	**603,46**	**29,43**
Полдник								
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	150	6,22	6,65	19,51	163,31	30,44
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,72	0,54	22,14	104,57	11,20
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,66	4,39	20,67	145,13	0,03
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	5,95	24,03	0,01
Итого			**375**	**11,95**	**11,04**	**46,13**	**332,47**	**30,48**
Всего				**52,23**	**45,29**	**193,17**	**1 390,81**	**61,16**

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	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	12,80	16,33	3,80	213,38	1,02
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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
2008	010	МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,53	38,13	38,13
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,38	0,38	9,21	44,13	3,87
Итого			**495**	**15,98**	**21,99**	**41,28**	**429,44**	**39,50**
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	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	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50	1,88
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,68	2,97	7,67	66,77	10,69
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	200	1,41	0,17	7,08	36,06	9,70
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	10,46	7,47	20,96	150,28	8,62
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (аллергики)	80	14,54	3,01	0,00	103,14	11,05
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1,68	8,70	23,79	162,08	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	130	1,35	0,19	23,90	102,67	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	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,00	0,00	18,00	72,00	3,60
Итого			**695**	**18,13**	**20,28**	**99,29**	**587,22**	**24,79**
Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,46	3,01	3,06	44,95	2,35
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	160	5,79	10,16	15,65	177,94	32,81
		КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ (аллергики)	150	3,66	0,44	6,14	43,88	43,43
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	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
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	3,82	3,20	2,83	55,92	0,03
Итого			**480**	**15,51**	**19,90**	**47,33**	**412,31**	**35,77**
Всего				**52,77**	**64,98**	**192,97**	**1 492,54**	**100,85**

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	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	12,84	16,39	3,78	214,10	1,01
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	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
2008	010	МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
2012	368	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,40	0,40	9,80	41,74	10,00
Итого			**495**	**16,02**	**22,05**	**41,23**	**430,03**	**39,36**
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110	2,48	3,00	13,04	90,03	0,90
Итого			**110**	**2,48**	**3,00**	**13,04**	**90,03**	**0,90**
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50	1,88
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,67	2,77	7,64	62,71	10,71
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,97	0,38	15,47	73,45	7,72
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	10,46	7,47	20,96	150,28	8,62
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1,65	8,53	23,32	158,90	0,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	3,18	0,46	33,59	151,16	0,00
	ТК №003	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	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			**695**	**18,99**	**20,09**	**98,97**	**585,38**	**24,81**
Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,45	3,01	3,04	44,83	2,20
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	160	5,73	10,24	15,32	177,08	32,73
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,72	0,54	22,14	104,57	11,20
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	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
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	2,89	2,23	2,34	41,39	0,03
Итого			**480**	**14,51**	**19,01**	**46,49**	**396,80**	**35,54**
Всего				**52,00**	**64,15**	**199,73**	**1 502,24**	**100,61**