

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 26 Курортного района Санкт-Петербурга

/Гудь И.А./

МЕНЮ

12 октября 2026 г.

Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	3.40	5.60	17.50	133
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.20	2.50	15.60	98
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5.00	9.10	10.70	145
Итого	400	7,68	7,84	60,43	345,70
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5.00	4.50	19.80	97
Итого	180	5.00	4.50	19.80	97
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	60	1.60	3.10	1.60	40
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2.50	6.50	9.60	107
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	8.40	10.30	8.90	162
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2.20	5.30	13.10	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.60	0.00	17.20	71
Итого	710	18.80	26.00	74.90	608
Полдник					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	8.70	5.60	6.50	118
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	1.80	4.00	17.40	113
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	3.00	3.20	30.30	162
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	0.20	0.10	9.70	40
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.40	0.40	9.80	47
Итого	585	15.40	13.50	83.00	524
Всего		50.80	61.20	221.50	1 605

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 26 Курортного района Санкт-Петербурга

/Гудь И.А./



МЕНЮ

13 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
		КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	180	4.70	7.00	22.10	170
		БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.60	0.50	24.60	110
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.50	70
		Итого	400	8.40	9.20	58.20	350
II Завтрак							
		РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.20	4.50	7.60	92
		Итого	180	5.20	4.50	7.60	92
Обед							
		ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.80	6.10	4.00	74
		СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	4.50	2.60	14.20	98
		КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	10.80	4.70	14.30	143
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	1.50	3.90	16.20	107
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53
		СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180	0.90	0.20	18.20	83
		Итого	710	22.00	18.30	91.40	624
Полдник							
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	14.10	15.40	29.10	315
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	25	1.80	2.10	13.90	82
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	6.20	25
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0.40	0.30	10.30	47
		Итого	495	17.90	18.30	70.10	522

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 26 Курортного района Санкт-Петербурга
Гудь И.А./



МЕНЮ

14 октября 2026

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4.00	5.60	24.30	166
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.20	0.10	9.70	40
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.80	5.40	12.40	102
Итого	415	6.50	11.60	57.00	361
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.20	4.50	7.20	90
Итого	180	5.20	4.50	7.20	90
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0.50	3.00	4.70	48
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	200	3.20	4.70	14.40	113
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	80	9.40	9.80	11.30	171
РАГУ ОВОЩНОЕ (С СОУСОМ СМЕТАННЫМ)	140	1.80	4.60	14.60	107
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1.00	0.10	24.50	102
Итого	710	19.40	23.00	94.00	660
Полдник					
КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	80	8.80	9.90	5.00	137
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	140	2.10	4.60	27.80	135
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0.10	0.10	9.50	40
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	3.30	0.80	25.00	120

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 26 Курортного района Санкт-Петербурга
Тудь И.А./



МЕНЮ
15 октября 2026 г.
Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	13.30	11.90	3.10	190
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ)	30	0.90	1.10	1.50	19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.40	1.90	14.80	86
Итого	400	18.10	15.40	30.00	348
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5.00	4.50	19.80	97
Итого	180	5.00	4.50	19.80	97
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60	0.90	3.10	11.80	79
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.50	4.30	7.70	83
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	80	8.20	3.80	7.70	97
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2.00	4.30	19.50	125
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0.50	0.00	29.70	122
Итого	700	17.90	16.20	96.30	603
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80	7.50	9.90	7.30	145
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	140	2.80	8.00	23.80	182
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.20	0.00	6.40	26
ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ	50	4.60	3.80	20.50	134

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 26 Курортного района Санкт-Петербурга

/Гудь И.А./



МЕНЮ

16 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.60	0.50	24.60	110
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4.00	6.00	22.90	165
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.10	1.70	11.50	70
Итого	400	7.70	8.20	59.00	345
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.20	4.50	7.60	92
Итого	180	5.20	4.50	7.60	92
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0.80	3.10	5.20	52
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2.50	6.50	12.50	118
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	9.40	8.00	7.00	138
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	2.90	4.20	26.60	148
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0.10	0.10	9.70	40
Итого	710	19.20	22.70	85.50	615
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	9.00	15.10	18.80	257
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.00	0.30	13.90	66
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.50	10.60	53
КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0.40	0.10	22.50	92
Итого	430	12.90	16.00	55.80	470