

СОГЛАСОВАНО



Заведующий  
ГБДОУ №032  
Шелехова С.Ю./

## МЕНЮ

12 января 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,8	3,6	10,1	88
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯННАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,8	7,3	19,5	163
КАКАО С МОЛОКОМ	180	6,2	5,1	16,8	139
<b>Итого</b>		<b>14,8</b>	<b>16</b>	<b>46,4</b>	<b>390</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	3,8	3,4	6,1	77
<b>Итого</b>		<b>3,8</b>	<b>3,4</b>	<b>6,1</b>	<b>77</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	40	0,2		0,5	4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3,7	7,8	8,5	122
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	60	8,6	13	6,7	178
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	120	2,6	2,6	10,8	78
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,9	43
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,1	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27
<b>Итого</b>		<b>18</b>	<b>24,2</b>	<b>52,2</b>	<b>504</b>
<b>Полдник</b>					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	11,2	6,8	2,6	117
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	2,3	4	15,3	107
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,9	43
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,2	21
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	3,4	3,1	23,8	137
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0,4	0,4	9,3	45
<b>Итого</b>		<b>18,8</b>	<b>14,5</b>	<b>65,1</b>	<b>470</b>
<b>Всего</b>		<b>55,4</b>	<b>58,1</b>	<b>169,8</b>	<b>1441</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО



Заведующий  
ГБДОУ №032  
/Шелехова С.Ю./

## МЕНЮ

13 января 2026 г.

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,6	0,6	17,6	81
КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	150	5,4	8,2	29,8	217
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,3	12,5	82
<b>Итого</b>		<b>9,7</b>	<b>11,1</b>	<b>59,9</b>	<b>380</b>
<b>II Завтрак</b>					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4,4	6	6,3	81
<b>Итого</b>		<b>4,4</b>	<b>6</b>	<b>6,3</b>	<b>81</b>
<b>Обед</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,6	4	2,9	51
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)	180	5,5	2,1	12,9	93
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,1	10,5	10,2	175
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,5	3,8	14,6	103
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150	0,8	0,2	15,2	65
<b>Итого</b>		<b>22,3</b>	<b>21,4</b>	<b>74,6</b>	<b>580</b>
<b>Полдник</b>					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	26	17,4	23,1	360
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0,4	1	2,7	22
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0,2		5,4	23
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,5	2	14,9	83
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0,9	0,2	7,7	41
<b>Итого</b>		<b>29</b>	<b>20,6</b>	<b>53,8</b>	<b>529</b>
<b>Всего</b>		<b>65,4</b>	<b>59,1</b>	<b>194,6</b>	<b>1570</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО



Заведующий  
ГБДОУ №032  
Шелехова С.Ю./

**МЕНЮ**  
14 января 2026 г.

**Ясли 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,9	17,4	2,3	217
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0,9	1,3	1,9	22
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,6	3,6	17,1	120
<b>Итого</b>		<b>19,9</b>	<b>22,9</b>	<b>31,6</b>	<b>411</b>
<b>II Завтрак</b>					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4,4	3,8	6	80
<b>Итого</b>		<b>4,4</b>	<b>3,8</b>	<b>6</b>	<b>80</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)	180	6,8	8,1	9,6	139
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	60	10,1	13,2	9,2	196
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	120	2	5,6	11,6	110
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,8		20,7	87
<b>Итого</b>		<b>22,5</b>	<b>27,7</b>	<b>69,9</b>	<b>625</b>
<b>Полдник</b>					
КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	60	11,6	11,7	4,4	170
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (1 ВАРИАНТ)	115	1,9	4,4	12,2	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,1	0,1	7,9	34
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	3,9	1,3	23,1	120
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	95	0,4	0,3	9,8	45
<b>Итого</b>		<b>19,2</b>	<b>18</b>	<b>65,9</b>	<b>506</b>
<b>Всего</b>		<b>66</b>	<b>72,4</b>	<b>173,4</b>	<b>1622</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО

Заведующий  
ГБДОУ №032  
Шелехова С.Ю./



**МЕНЮ**  
15 января 2026 г.

**Ясли 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,4	6,1	22,1	162
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	170/10	0,1		7,6	30
<b>Итого</b>		<b>7,5</b>	<b>11,4</b>	<b>50,3</b>	<b>334</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,2	3,8	6,8	85
<b>Итого</b>		<b>4,2</b>	<b>3,8</b>	<b>6,8</b>	<b>85</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,6	2	6,8	49
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	4,4	4,9	7,6	95
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	60	8,4	3,6	6,4	92
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,6	4,4	17,6	121
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0,8	0,2	15,2	65
<b>Итого</b>		<b>19,6</b>	<b>15,9</b>	<b>72,4</b>	<b>515</b>
<b>Полдник</b>					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	7,7	8,7	5,4	130
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	115	5,6	8,9	22,2	194
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,2	25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	5,9	3,5	21,3	141
<b>Итого</b>		<b>20,6</b>	<b>21,3</b>	<b>63,6</b>	<b>531</b>
<b>Всего</b>		<b>51,9</b>	<b>52,4</b>	<b>193,1</b>	<b>1465</b>

Медицинская сестра

Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО



Заведующий  
ГБДОУ №032  
/Шелехова С.Ю./

**МЕНЮ**  
16 января 2026 г.

**Ясли 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,4	6,7	26,8	191
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,6	0,6	17,6	81
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,3	12,5	82
<b>Итого</b>		<b>9,7</b>	<b>9,6</b>	<b>56,9</b>	<b>354</b>
<b>II Завтрак</b>					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4,4	6	6,3	81
<b>Итого</b>		<b>4,4</b>	<b>6</b>	<b>6,3</b>	<b>81</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0,4	0,1	1,5	10
РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3,7	8,3	9,1	128
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	17,4	11,1	2,3	194
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	3,7	26,3	155
СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0,4	1,3	1,5	19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУША)	150	0,1	0,1	8,1	34
<b>Итого</b>		<b>28,9</b>	<b>25,4</b>	<b>67,6</b>	<b>633</b>
<b>Полдник</b>					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	15,7	15,6	13,6	260
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0,8	0,2	15,2	65
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0,4	0,4	9,3	45
<b>Итого</b>		<b>18,2</b>	<b>16,4</b>	<b>46,6</b>	<b>411</b>
<b>Всего</b>		<b>61,2</b>	<b>57,4</b>	<b>177,4</b>	<b>1479</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Гжибовская С.В.