

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	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,8	3,6	10,1	88
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,8	7,3	19,5	163
КАКАО С МОЛОКОМ	180	6,2	5,1	16,8	139
Итого		14,8	16	46,4	390
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	3,8	3,4	6,1	77
Итого		3,8	3,4	6,1	77
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (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
Итого		18	24,2	52,2	504
Полдник					
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
Итого		18,8	14,5	65,1	470
Всего		55,4	58,1	169,8	1441

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	
Завтрак					
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
Итого		9,7	11,1	59,9	380
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4,4	6	6,3	81
Итого		4,4	6	6,3	81
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,6	4	2,9	51
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)	180	5,5	2,1	12,9	93
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ 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
Итого		22,3	21,4	74,6	580
Полдник					
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
Итого		29	20,6	53,8	529
Всего		65,4	59,1	194,6	1570

Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО



Заведующий

ГБДОУ №032

Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

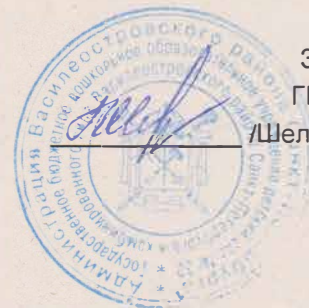
14 января 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
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
Итого		19,9	22,9	31,6	411
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4,4	3,8	6	80
Итого		4,4	3,8	6	80
Обед					
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
Итого		22,5	27,7	69,9	625
Полдник					
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
Итого		19,2	18	65,9	506
Всего		66	72,4	173,4	1622

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	
Завтрак					
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
Итого		7,5	11,4	50,3	334
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,2	3,8	6,8	85
Итого		4,2	3,8	6,8	85
Обед					
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
Итого		19,6	15,9	72,4	515
Полдник					
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
Итого		20,6	21,3	63,6	531
Всего		51,9	52,4	193,1	1465

Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.

Заведующий
ГБДОУ
/Шелехов

Ясли 12 часов

Медицинская сестра Гжибовская С.В.