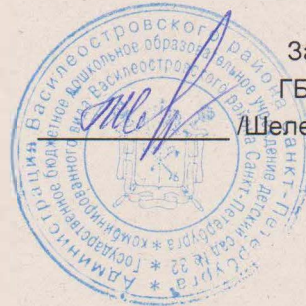


СОГЛАСОВАНО



Заведующий
ГБДОУ №032
Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

1 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	17,4	23,8	3,2	297
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый)	30	0,9	1,3	1,9	22
БАТОН ОБОГАЩЕНный	20	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,7	2,3	12,5	82
Итого		22,5	28	27,9	453
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	7,2	7,6	97
Итого		5,2	7,2	7,6	97
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩной	60	0,7	6,1	4,4	76
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСкий (С МЯСОМ И СМЕТАной)	200	4,2	8,5	12,8	147
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	80	13,6	17,6	12,3	261
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	8,1	6,1	36,9	236
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧный ОБОГАЩЕНный	30	2	0,3	12,7	61
БАТОН ОБОГАЩЕНный	20	1,5	0,6	10,3	52
НАПИТОК АПЕЛЬСИНовый	180	0,2		11,6	48
Итого		30,3	39,2	101	881
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКИ"	80	9,8	13,4	12,6	210
ПУДИНГ ОВОЩной	140	6,1	7,2	16,8	158
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	180	0,9	0,1	24,5	103
ФРУКТЫ СВКЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого		20,4	21,7	80,2	602
Всего		78,4	96,1	216,7	2033

Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №032
Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

2 октября 2026 г.

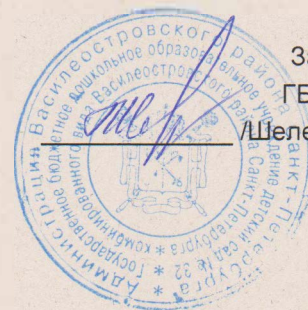
Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4,6	6,7	27,7	190
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,5	2	14,9	83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,8	3,6	18,2	126
Итого		12,4	12,9	71,1	451
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	4,5	7,2	95
Итого		5,2	4,5	7,2	95
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,7	0,1	2,3	14
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	4,4	5,4	6,9	97
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	10,8	4,3	5,6	105
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3	5,1	20,6	141
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0,5		29,7	122
Итого		22,9	15,8	88,1	592
Полдник					
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17,4	9,4	2,9	187
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	2	4,1	11,8	98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0,2		6,4	28
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,5	3,4	21,5	145
Итого		28,9	17,7	61,4	551
Всего		69,4	50,9	227,8	1689

Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО



Заведующий
ГБДОУ №032
Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

5 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,8	8	23,5	190
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5	9,1	10,1	143
КАКАО С МОЛОКОМ	180	6,2	5,1	16,8	139
Итого		17	22,2	50,4	472
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	4,6	4,1	7,4	92
Итого		4,6	4,1	7,4	92
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0,3		0,7	5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3,8	8	9,4	128
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	11,3	17,3	9	237
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	140	3	3	12,7	92
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,1	52
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,1	0,3	13,4	64
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32
Итого		22	29,2	63,3	610
Полдник					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	14,6	8,8	3,5	153
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	2,8	4,8	18,6	130
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,9	43
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,2		11,3	44
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4,2	3,8	29,8	170
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		23,6	18	81,9	587
Всего		67,2	73,5	203	1761

Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.

Зав
ГБД
Шелехо

ГБДОУ №032

/Шелехова С.Ю./

6 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	180	6,3	9,7	35,8	261
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,6	0,6	24,9	109
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,3	12,5	82
Итого		10,6	12,6	73,2	452
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	7,2	7,6	97
Итого		5,2	7,2	7,6	97
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,7	6,1	4,4	76
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3,8	2,3	15,2	98
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	13,5	14,3	13,6	237
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,8	4,4	17	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180				
Итого		24,3	28	73,2	644
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	34	22,5	30,2	468
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,6	4,1	33
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,2	25
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого		36,6	25	61,1	625
Всего		76,7	72,8	215,1	1818

Медицинская сестра Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО

Заведующий

ГБДОУ №032

Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

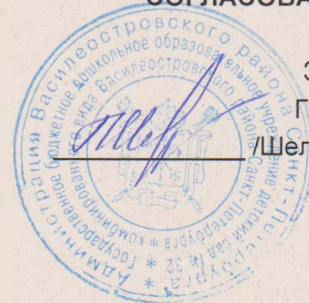
7 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	18,3	24,6	3,2	308
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	4,8	3,6	18,2	126
Итого		25,5	30,1	33,6	508
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	4,5	7,2	95
Итого		5,2	4,5	7,2	95
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	200	6,8	6	12	130
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	80	13,6	17,6	12,3	261
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)	140	2,5	6,4	13,6	129
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,9	0,1	24,5	103
Итого		27,3	31	85,4	736
Полдник					
КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	80	15,6	15,5	5,7	227
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	140	3,3	5,1	32,5	190
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 (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,5	41
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5	1,6	28,9	150
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого		27,7	23,3	103,5	744
Всего		85,7	88,9	229,7	2083

Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО



Заведующий

ГБДОУ №032

/Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

8 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,4	6,6	26,7	188
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,5	4,7	10,3	90
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,6	0,7	15,5	71
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,2		11,3	44
Итого		7,7	12	63,8	393
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5	4,5	8,1	102
Итого		5	4,5	8,1	102
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60	0,9	3,1	10,2	73
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	4,5	5	8,5	100
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	80	11,2	4,7	8,2	121
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3	5,1	20,6	141
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)	180	0,9		22,9	99
Итого		23,3	18,7	89,2	627
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80	10,1	11,5	7,1	173
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	140	6,5	10,7	27,1	234
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0,2		6,4	28
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	7,1	3,7	21,5	149
Итого		25,2	26,1	70,6	625
Всего		61,2	61,3	231,7	1747

Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.

МЕНЮ**9 октября 2026 г.****Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,6	7,2	32,4	223
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,3	12,5	82
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,6	0,6	24,9	109
Итого		10,9	10,1	69,8	414
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	7,2	7,6	97
Итого		5,2	7,2	7,6	97
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,7	0,1	2,3	14
РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3,8	8,5	10,1	135
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	13,7	8,9	2,2	164
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5,2	4,7	33,5	198
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0,1	0,1	9,7	41
Итого		27	23,2	80,8	665
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	18,5	18,3	15,9	304
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,6	0,1	24,3	105
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		22,3	19,6	68,8	549
Всего		65,4	60,1	227	1725

Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.

Заведующий
ГБДОУ №032
/Шелехова С.Ю./

Сад 12 часов



Медицинская сестра Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО



Заведующий
ГБДОУ №032
Шелехова С.Ю./

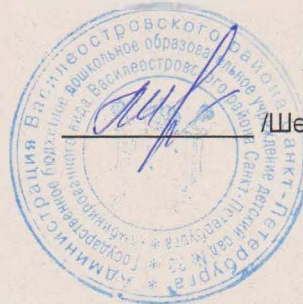
МЕНЮ

13 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,6	6,8	31,6	215
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,6	0,6	24,9	109
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,8	3,6	18,2	126
Итого		13	11	74,7	450
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	4,5	7,2	95
Итого		5,2	4,5	7,2	95
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,7	0,1	2,3	14
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	5,9	4,7	24,5	165
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	80	10,6	15,5	8,7	218
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5,2	4,7	33,5	198
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	17,9	74
Итого		25,3	25,9	105,7	762
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	32,7	21,4	30,1	452
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,6	4,1	33
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,2		11,3	44
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого		35,9	23,8	63,9	624
Всего		79,4	65,2	251,5	1931

Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.

**МЕНЮ**

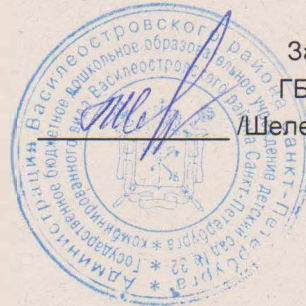
14 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	180	5,5	8,2	24,9	197
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5	9,1	10,3	144
КАКАО С МОЛОКОМ	180	6,1	5,1	16,7	138
Итого		16,6	22,4	51,9	479
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5	4,5	8,1	102
Итого		5	4,5	8,1	102
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	2,3	5	4,5	72
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	200	6,4	6	8,5	114
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,9	4,1	4,6	125
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	140	3,5	3,8	20,1	129
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32
Итого		29,6	19,8	68,7	585
Полдник					
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,2	6,8	7,5	134
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	2,1	1,9	9,6	71
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)	180	0,9		22,9	99
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	7	4	26,6	171
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		23,4	13,9	95,2	615
Всего		74,6	60,6	223,9	1781

Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО



Заведующий
ГБДОУ №032
Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

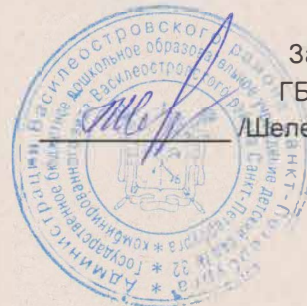
15 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	17,4	23,8	3,2	297
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый)	30	0,9	1,3	1,9	22
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,7	2,3	12,5	82
Итого		22,5	28	27,9	453
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	7,2	7,6	97
Итого		5,2	7,2	7,6	97
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,7	6,1	4,4	76
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	4,2	8,5	12,8	147
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	80	13,6	17,6	12,3	261
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	8,1	6,1	36,9	236
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,2		11,6	48
Итого		30,3	39,2	101	881
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКИ"	80	9,8	13,4	12,6	210
ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	140	6,1	7,2	16,8	158
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	180	0,9	0,1	24,5	103
ФРУКТЫ СВКЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого		20,4	21,7	80,2	602
Всего		78,4	96,1	216,7	2033

Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО



Заведующий
ГБДОУ №032
Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

16 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4,6	6,7	27,7	190
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,5	2	14,9	83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,8	3,6	18,2	126
Итого		12,4	12,9	71,1	451
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,2	4,5	7,2	95
Итого		5,2	4,5	7,2	95
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,7	0,1	2,3	14
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	4,4	5,4	6,9	97
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	10,8	4,3	5,6	105
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3	5,1	20,6	141
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0,5		29,7	122
Итого		22,9	15,8	88,1	592
Полдник					
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17,4	9,4	2,9	187
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	2	4,1	11,8	98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0,2		6,4	28
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,5	3,4	21,5	145
Итого		28,9	17,7	61,4	551
Всего		69,4	50,9	227,8	1689

Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.