СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №032
_____ /Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

2 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая 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 СОЛЕНЫЕ (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.

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №032
_____ /Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

3 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая 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 РУБЛЕНЫЕ 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

5 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая 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.

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №032
_____/Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

6 ноября 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.

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №032
/Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

9 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6	8,1	24,5	196
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	0,3		27,9	114
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,3	12,5	82
Итого		**10,5**	**11**	**75,2**	**444**
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180				
Итого					
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3,8	8,4	9,5	132
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	14	8,4	3,5	146
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	140	3,2	9,1	23,7	193
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	16,7	83
Итого		**25,1**	**27,1**	**76,4**	**667**
Полдник					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	17,5	22,4	18,4	346
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,2	25
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4	3,7	29,8	169
Итого		**24,4**	**26,9**	**73,2**	**633**
Всего		**60**	**65**	**224,8**	**1744**

Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №032
_____/Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

10 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая 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.

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №032
/Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

11 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая 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

12 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая 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 - "ЁЖИКИ"	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

13 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая 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.