

СОГЛАСОВАНО



Заведующий
ГБДОУ №032
Шелехова С.Ю./
Ми

МЕНЮ

12 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯННАЯ "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 ВARIАНТ)	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 ВАРЕНОМ	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

13 января 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 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./
М.Л.



МЕНЮ
14 января 2026 г.

Сад 12 часов

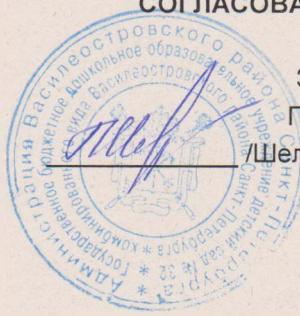
Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	18,3	24,6	3,2	308
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0,9	1,3	1,9	22
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,8	3,6	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

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №032
/Шелехова С.Ю./

МЕНЮ
15 января 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

16 января 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 (ГРУША)	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 _____ Гжебовская С.В.