



МЕНЮ

**20 июля 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 | 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

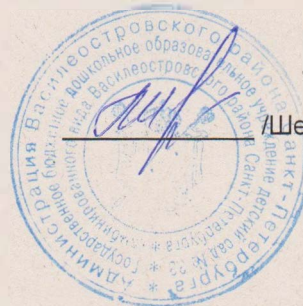
Заведующий
ГБДОУ №032
Шелехова С.Ю./**МЕНЮ**

21 июля 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**

22 июля 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

23 июля 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 - "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 |

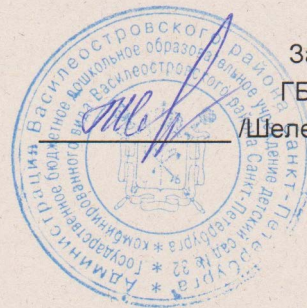
Медицинская сестра _____ Гжибовская С.В.

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №032
Шелехова С.Ю./**МЕНЮ**

24 июля 2026 г.

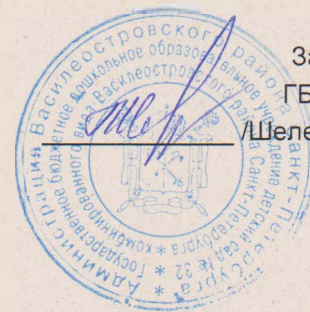
Сад 12 часов



| 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

27 июля 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.

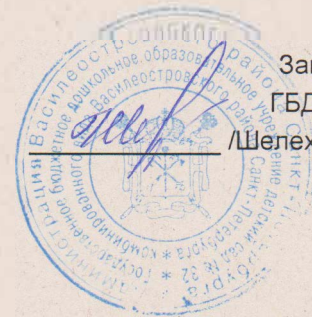
СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №032
Шелехова С.Ю./

МЕНЮ

28 июля 2026 г.

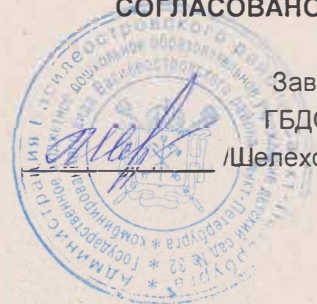
Сад 12 часов



| 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

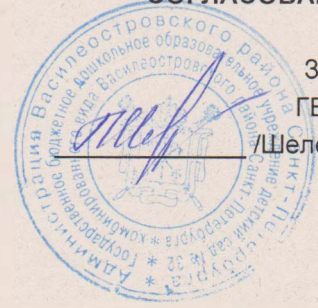
29 июля 2026 г.

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

30 июля 2026 г.

Сад 12 часов

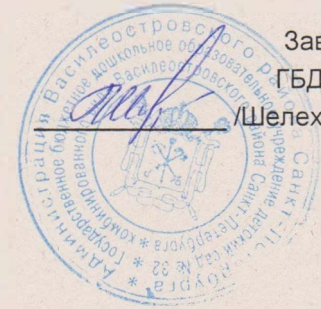
| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|--------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 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

31 июля 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.