

СОГЛАСОВАНО

Заведующий  
ГБДОУ № 020  
Сладкова Л.Ю./**МЕНЮ**  
22 мая 2026 г.

Ясли 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.8	6.3	23	164
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.5	3.6	16.6	118
<b>Итого</b>		<b>9.8</b>	<b>10.5</b>	<b>49.9</b>	<b>334</b>
<b>II Завтрак</b>					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.4	3.8	6	80
<b>Итого</b>		<b>4.4</b>	<b>3.8</b>	<b>6</b>	<b>80</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.4	0.1	1.5	10
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	4.4	5.1	6.3	92
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	7.4	2.6	4.2	70
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2.6	4.4	17.7	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 (ПЕРСИКОВЫЙ)	150				
<b>Итого</b>		<b>17.6</b>	<b>13</b>	<b>48.5</b>	<b>386</b>
<b>Полдник</b>					
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	12.4	6.5	2.2	132
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1.7	3.4	9.6	80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0.1		7.6	30
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	5	2.6	17.2	113
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	95	0.8	0.2	7.1	36
<b>Итого</b>		<b>21.3</b>	<b>12.9</b>	<b>52.2</b>	<b>432</b>
<b>Всего</b>		<b>53.1</b>	<b>40.2</b>	<b>156.6</b>	<b>1232</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Беляева Н.А.



ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6.2	3.2	21.5	140
<b>Итого</b>		<b>27.7</b>	<b>16.8</b>	<b>61.4</b>	<b>534</b>
<b>Всего</b>		<b>67.2</b>	<b>49.1</b>	<b>226.6</b>	<b>1652</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Беляева Н.А.