

СОГЛАСОВАНО

Заведующий

ГБДОУ № 020

/Сладкова Л.Ю./

МЕНЮ

16 февраля 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3.8	3.5	10.3	89
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5	7.4	20.3	168
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.6	4.6	16.4	131
Итого		14.4	15.5	47	388
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.2	3.8	6.8	85
Итого		4.2	3.8	6.8	85
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	40	0.3		0.7	5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3.8	8.1	8.6	125
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	60	8.4	12.8	6.8	176
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-й ВАРИАНТ)	120	2.5	2.7	10.9	79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6.7	27
Итого		17.8	24.4	52.5	505
Полдник					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10.4	6.2	2.6	108
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	2.3	4	15.3	107
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		5.2	21
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	3.3	3.1	23.8	136
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.4	0.4	9.3	45
Итого		17.8	13.9	64.7	458
Всего		54.2	57.6	171	1436

Шеф-повар

Беляева Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Заведующий

ГБДОУ № 020

/Сладкова Л.Ю./

МЕНЮ

16 февраля 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
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ (аллергии)	180	10.1	8.5	57.5	346
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5	9.1	10.3	144
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.6	4.7	16.4	132
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0.1		9.9	40
Итого		16.6	21.9	51.2	472
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2.5%	180	5	4.5	8.1	102
Итого		5	4.5	8.1	102
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0.5	0.1	1	8
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.9	8.3	9.6	132
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С КУРОЙ) (аллергии)	200	4.4	5.1	9.4	102
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	11.2	17.2	9.1	236
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	80	16.3	13.9	0.8	193
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-й ВАРИАНТ)	140	2.9	3.1	12.8	92
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергии)	140	2	5.2	9.2	92
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32
Итого		22	29.6	63.5	613
Полдник					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13.9	8.3	3.5	145
КУРА ОТВАРНАЯ (аллергии)	80	19.7	19.8	0.5	259
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	2.8	4.9	18.6	131
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (БЕЗ МОЛОКА) (аллергии)	140	2.1	5	16.5	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	11.3	44

БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4.1	3.8	29.8	169
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого		22.7	17.7	81.5	577
Всего		66.3	73.7	204.3	1764

Шеф-повар _____

Беляева Н.А.