

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ № 020
/Сладкова Л.Ю./

**МЕНЮ**

17 сентября 2025 г.

Ясли 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)	150	4.7	6.8	20.8	164
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3.8	3.5	10.3	89
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.6	4.6	16.4	131
Итого		14.1	14.9	47.5	384
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					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	40	1.5	3.3	3	48
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	180	6.2	5.8	7.6	108
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10.2	2.9	3.4	92
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	3	3.3	17.3	111
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		23.7	16.1	56.8	479
Полдник					
КНЕЛИ РЫБНЫЕ	60	8.8	3.7	3.5	83
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	2.1	1.6	10.7	71
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	5.4	3	21.4	134
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.4	0.4	9.3	45
Итого		18.8	9.1	68.6	439
Всего		60.8	43.9	179.7	1387

Шеф-повар _____

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ № 020
/Сладкова Л.Ю./**МЕНЮ**
17 сентября 2025 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	5.6	8.2	24.9	196
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (аллергики)	180	5.4	8.8	24.1	199
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 (аллергики)	180	0.1		9.9	40
Итого		16.2	22	51.6	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					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	2.3	5	4.6	72
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	200	6.4	6	8.5	114
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13.7	3.8	4.5	122
КУРА ОТВАРНАЯ (аллергики)	80	19.7	19.8	0.5	259
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	140	3.5	3.8	20.1	129
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергики)	140	2.7	5.1	22.1	146
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		29.4	19.5	68.7	582
Полдник					
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10.2	6.8	7.6	133
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	80	15.6	0.9	0.5	73
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	2.5	2	12.9	86
ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (аллергики)	140	1.8	2.9	9.3	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	5.5	5.6	28.7	187
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого		22.3	15.6	100.7	645