

СОГЛАСОВАНО

Заведующий

ГБДОУ № 020

/Сладкова Л.Ю./

МЕНЮ

28 сентября 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	8.3	12.8	6.8	175
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		17.7	24.4	52.5	504
Полдник					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9.4	5.3	2.6	96
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	3.2	2.9	23.8	134
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.4	0.4	9.3	45
Итого		16.7	12.8	64.7	444
Всего		53	56.5	171	1421

Шеф-повар

Беляева Н.А.



МЕНЮ

28 сентября 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
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5	9.1	10.3	144
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.6	4.7	16.4	132
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
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	11.1	17.1	9.1	234
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-й ВАРИАНТ)	140	2.9	3.1	12.8	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		21.9	29.5	63.5	611
Полдник					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12.6	7.1	3.5	128
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	2.8	4.9	18.6	131
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	3.6	29.8	167
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого		21.3	16.3	81.5	558
Всего		64.8	72.2	204.3	1743

Шеф-повар _____

Беляева Н.А.