

СОГЛАСОВАНО



Заведующий
ГБОУ № 020
/Сладкова Л.Ю./

МЕНЮ

30 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.5	6.2	22.1	162
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.5	4.7	10.3	90
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	170/10	0.1		7.6	30
Итого		7.6	11.5	50.3	334
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 ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0.6	2.1	6.8	48
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	4.4	4.9	7.6	95
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	60	8.4	3.4	5.4	85
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 (АБРИКОСОВЫЙ)	150				
Итого		18.8	15.6	56.3	442
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	7.6	8.7	5.4	130
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	115	4	7.6	22.1	175
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		5.2	21
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	4.8	2.5	21.3	127
Итого		17.8	19	62.5	494
Всего		48.4	49.9	175.9	1355

Шеф-повар _____ Беляева Н.А.

СОГЛАСОВАНО



Заведующий
ГБДОУ № 020
/Сладкова Л.Ю./

МЕНЮ

30 апреля 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	187
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики)	180	1.8	5	22.7	143
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	0.1	11.3	44
Итого		7.7	12.1	63.8	392
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	4.6	5	8.5	100
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ (аллергики)	200	4	4.6	8.7	93
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	80	11.1	4.5	6.9	112
КУРА ОТВАРНАЯ (аллергики)	80	19.7	19.8	0.5	259
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3.1	5.1	20.6	141
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (БЕЗ МОЛОКА) (аллергики)	140	2.3	5	18.9	130
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		23.4	18.5	87.9	618
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80	10.1	11.5	7.1	173
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	80	15.2	12.9	0.8	180
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	140	4.9	9.3	27	214
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики)	140	1.8	2.9	9.3	71
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	6.2	3.2	21.5	140
Итого		22.7	24.2	70.5	596
Всего		58.8	59.3	230.3	1708

Шеф-повар _____ Беляева Н.А.