

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028**МЕНЮ**
30 июля 2025 г.**Сад 12 часов Аллергии**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)	180	5.9	3	25.3	153
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (НА ХЛЕБЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА)	35	3.5	4.4		55
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20				
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0.1		0.2	1
Итого		9.5	7.4	25.5	209
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.2	4.5	7.2	95
Итого		5.2	4.5	7.2	95
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60		5.8		52
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) И ПТИЦЕЙ (ИНДЕЙКА)	200	4.5	5	11.6	110
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	70	11.1	14.2	7.8	203
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ)	130	7.7	3.7	34.8	202
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50				
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (БЕЗ САХАРА)	180	0.9	0.1	14.4	62
Итого		24.2	28.8	68.6	629
Полдник					
МАКАРОННИК С МЯСОМ (С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ БЕЗ ГЛЮТЕНА)	200	25.5	35.3	36.5	565
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20				
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0.1		0.2	1
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕННЫЕ)	100	0.4	0.4	9.8	47
ВАФЛИ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1.1	4.9	12.7	100
Итого		27.1	40.6	59.2	713
Всего		66	81.3	160.5	1646

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий

ГБДОУ №028

МЕНЮ

30 июля 2025 г.

Ясли 12 часов Аллергии

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)	150	4.9	2.5	21.1	127
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (НА ХЛЕБЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА)	35	3.5	4.4		55
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20				
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	160	0.1		0.2	1
Итого		8.5	6.9	21.3	183
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.4	3.8	6	80
Итого		4.4	3.8	6	80
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40		3.9		35
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) И ПТИЦЕЙ (ИНДЕЙКА)	150	4	4.5	8.5	91
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	60	9.3	12.2	6	171
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ)	120	7.1	3.4	32.1	187
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20				
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (БЕЗ САХАРА)	150	0.8	0.1	7.4	34
Итого		21.2	24.1	54	518
Полдник					
МАКАРОННИК С МЯСОМ (С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ БЕЗ ГЛЮТЕНА)	160	20.4	28.2	29.1	451
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20				
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	150	0.1		0.2	1
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕННЫЕ)	95	0.4	0.4	9.3	45
ВАФЛИ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1.1	4.9	12.7	100
Итого		22	33.5	51.3	597
Всего		56.1	68.3	132.6	1378

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий

ГБОУ №028

МЕНЮ

30 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	18	24.3	3.2	304
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0.9	1.2	1.9	22
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.6	3.6	16.9	119
Итого		25	29.7	32.3	497
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.2	4.5	7.2	95
Итого		5.2	4.5	7.2	95
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	200	6.9	6	12.1	130
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	80	13.6	17.5	12.3	261
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	140	2.5	6.5	13.7	129
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1	0.1	24.5	103
Итого		27.5	31	85.6	736
Полдник					
КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	80	15.6	15.5	5.8	227
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	140	3.3	5.2	32.7	190
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0.1	0.1	9.5	41
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4.9	1.6	28.9	150
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.9	0.2	8.1	43
Итого		27.6	23.4	103.8	744
Всего		85.3	88.6	228.9	2072

Медицинская сестра

МЕНЮ

30 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12.7	17.1	2.3	214
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ)	30	0.9	1.2	1.9	22
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.5	3.6	16.6	118
Итого		19.6	22.5	31.1	406
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.4	3.8	6	80
Итого		4.4	3.8	6	80
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)	180	6.8	8.2	9.5	139
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	60	8.1	8.4	9.2	144
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	120	2.1	5.6	11.8	110
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0.8	0.1	20.6	87
Итого		20.6	23.1	69.9	573
Полдник					
КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	60	11.7	11.7	4.4	170
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (1 ВАРИАНТ)	115	1.9	4.4	12.3	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0.1	0.1	7.9	34
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	3.9	1.3	23.1	120
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	95	0.4	0.3	9.8	45
Итого		19.3	18	66	506
Всего		63.9	67.4	173	1565

Медицинская сестра