

СОГЛАСОВАНО



## МЕНЮ

2 марта 2026 г.

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3.9	3.4	11.4	92
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.5	7.4	18.2	158
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.2	4.4	15.9	125
<b>Итого</b>		<b>13.6</b>	<b>15.2</b>	<b>45.5</b>	<b>375</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	2.9	2.6	4.7	59
<b>Итого</b>		<b>2.9</b>	<b>2.6</b>	<b>4.7</b>	<b>59</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	40	0.2		0.5	4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.9	6.2	6.5	95
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	60	6.4	9.5	6	135
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	120	1.7	2.1	7.5	56
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0.9	0.1	5.5	27
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.5	8.4	43
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4.9	19
<b>Итого</b>		<b>13.3</b>	<b>18.4</b>	<b>39.3</b>	<b>379</b>
<b>Полдник</b>					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	7.4	4.7	1.9	79
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	1.6	3.1	10.1	75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0.9	0.1	5.5	27
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		3.7	15
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	2.4	2.4	17.1	99
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.2	0.2	5.8	28
<b>Итого</b>		<b>12.6</b>	<b>10.5</b>	<b>44.1</b>	<b>323</b>
<b>Всего</b>		<b>42.4</b>	<b>46.7</b>	<b>133.6</b>	<b>1136</b>

Медицинская сестра



# МЕНЮ

2 марта 2026 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.4	8.1	21.9	182
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5	9.2	11.4	149
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.2	4.4	15.9	126
<b>Итого</b>		<b>15.6</b>	<b>21.7</b>	<b>49.2</b>	<b>457</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	4.8	4.2	7.7	96
<b>Итого</b>		<b>4.8</b>	<b>4.2</b>	<b>7.7</b>	<b>96</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0.5	0.1	1	7
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	4	8.5	9.8	135
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	11.3	17.5	9.3	240
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	140	2.7	3.1	11.6	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1.8	0.2	11.2	54
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.7	0.6	11.4	58
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7.8	31
<b>Итого</b>		<b>22</b>	<b>30</b>	<b>62.1</b>	<b>611</b>
<b>Полдник</b>					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13.2	8.4	3.5	142
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	2.6	5.1	16.6	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	7.5	36
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	12.9	50
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4	3.9	28.7	166
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.3	0.3	8.2	39
<b>Итого</b>		<b>21.5</b>	<b>18</b>	<b>77.4</b>	<b>557</b>
<b>Всего</b>		<b>63.9</b>	<b>73.9</b>	<b>196.4</b>	<b>1721</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Заведующий  
№ДОУ №028

## МЕНЮ

2 марта 2026 г.

## Сад 12 часов Аллергии

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ)	180	10.4	5.2	47.1	276
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	35	5	4.3		59
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0.1	1	19.2	45
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0.1		0.2	1
<b>Итого</b>		<b>15.6</b>	<b>10.5</b>	<b>66.5</b>	<b>381</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ М. Д. Ж. 2,5%	180	6.6	5.9	25.8	188
<b>Итого</b>		<b>6.6</b>	<b>5.9</b>	<b>25.8</b>	<b>188</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60		11.2		100
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) И ПТИЦЕЙ (ИНДЕЙКА)	200	4.8	7.2	12.8	136
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА)	70	9.6	15.7		180
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С УКРОПОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	135	4.7	10.6	37.2	264
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	0.3	2.5	48	114
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (БЕЗ САХАРА)	180				
<b>Итого</b>		<b>19.4</b>	<b>47.2</b>	<b>98</b>	<b>794</b>
<b>Полдник</b>					
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	70	19	29.3		340
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ ТУШЕНАЯ	130	4.4	9	12.5	151
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0.1	1	19.2	45
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0.2		0.4	2
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕННЫЕ)	100	0.4	0.4	9.8	47
<b>Итого</b>		<b>24.1</b>	<b>39.7</b>	<b>41.9</b>	<b>585</b>
<b>Всего</b>		<b>65.7</b>	<b>103.3</b>	<b>232.2</b>	<b>1948</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

