

СОГЛАСОВАНО

Заведующий

ГБДОУ №028

//

МЕНЮ

14 августа 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.8	6.3	23	164
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.5	3.6	16.6	118
Итого		9.8	10.5	49.9	334
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 (ПОМИДОРЫ)	40	0.4	0.1	1.5	10
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	4.3	5.1	6.2	91
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	8.4	3.5	4.2	82
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 (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.5		24.8	102
Итого		19	13.9	73.2	499
Полдник					
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	13.1	7.2	2.2	141
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1.7	3.4	9.6	80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0.1		7.6	30
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	5.3	2.9	17.2	117
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	95	0.8	0.2	7.1	36
Итого		22.3	13.9	52.2	445
Всего		55.5	42.1	181.3	1358

Медицинская сестра



МЕНЮ

14 августа 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4.6	6.7	27.8	190
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.5	2	14.9	83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.6	3.6	16.9	120
Итого		12.2	12.9	69.9	445
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 (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.3	14
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	4.5	5.4	6.9	97
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	11.1	4.6	5.6	108
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3.1	5.1	20.6	141
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0.5		29.7	122
Итого		23.4	16.1	88.1	595
Полдник					
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17.5	9.6	3	188
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	2	4.1	11.8	97
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6.6	3.5	21.6	145
Итого		29.1	18	61.6	551
Всего		69.9	51.5	226.8	1686

Медицинская сестра



СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028

//

МЕНЮ

14 августа 2026 г.

Сад 12 часов Аллергии

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)	180	4.5	2.6	24.2	139
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (НА ХЛЕБЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА)	35	3.6	5.4	19.2	100
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0.1	1	19.2	45
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0.1		0.2	1
Итого		8.3	9	62.8	285
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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	4.2	6.7	14.7	136
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	22.1	23.6	17.3	370
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	0.3	2.5	48	114
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (БЕЗ САХАРА)	180	0.9	0.1	8.9	41
Итого		27.5	32.9	88.9	661
Полдник					
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	13.2	8.7	2.1	159
РИС ОТВАРНОЙ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	130	3.2	6.2	33.3	201
ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0.1	1	19.2	45
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)	180	0.1		0.2	1
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ ЗЕЛЕНЫЕ)	100	0.4	0.3	10.3	47
Итого		17	16.2	65.1	453
Всего		58	62.6	224	1494

Медицинская сестра

