

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
РБДОУ №028**МЕНЮ**

20 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 5.1 | 6.3 | 25.2 | 179 |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | 1.6 | 0.6 | 17.4 | 80 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2.5 | 2.1 | 11.4 | 74 |
| Итого | | 9.2 | 9 | 54 | 333 |
| II Завтрак | | | | | |
| РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5% | 150 | 6.1 | 8.5 | 8.9 | 114 |
| Итого | | 6.1 | 8.5 | 8.9 | 114 |
| Обед | | | | | |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ) | 40 | 0.6 | 0.1 | 2.1 | 13 |
| РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 180 | 4.8 | 11.1 | 13.3 | 178 |
| ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | 60 | 17 | 10.2 | 2.4 | 188 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 110 | | 4.9 | 0.1 | 44 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ | 20 | 0.7 | 2 | 2.9 | 33 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.4 | 0.2 | 9.2 | 44 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 2.4 | 0.9 | 16.4 | 84 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ) | 150 | 0.1 | 0.1 | 9.8 | 41 |
| Итого | | 27 | 29.5 | 56.2 | 625 |
| Полдник | | | | | |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 170 | 21.3 | 22.8 | 16.6 | 358 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.4 | 0.2 | 9.2 | 44 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ) | 150 | 0.4 | | 22 | 91 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 95 | 0.4 | 0.4 | 10.3 | 50 |
| Итого | | 23.5 | 23.4 | 58.1 | 543 |
| Всего | | 65.8 | 70.4 | 177.2 | 1615 |

Медицинская сестра _____



СОГЛАСОВАНО

Заведующий

ГБДОУ №028

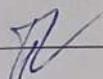
МЕНЮ

20 марта 2026 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 6.2 | 6.8 | 30.5 | 209 |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1.7 | 0.6 | 24.1 | 106 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2.5 | 2.1 | 11.4 | 75 |
| Итого | | 10.4 | 9.5 | 66 | 390 |
| II Завтрак | | | | | |
| РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5% | 180 | 5.1 | 7 | 7.3 | 94 |
| Итого | | 5.1 | 7 | 7.3 | 94 |
| Обед | | | | | |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ) | 60 | 0.7 | 0.1 | 2.4 | 15 |
| РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 200 | 4.5 | 10.2 | 11.5 | 160 |
| ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 80 | 13.7 | 9.9 | 3.3 | 179 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 140 | 6 | 5.1 | 38 | 222 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1.7 | 0.2 | 10.6 | 51 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.9 | 0.7 | 12.7 | 65 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ) | 180 | 0.1 | 0.1 | 9.5 | 39 |
| Итого | | 28.6 | 26.3 | 88 | 731 |
| Полдник | | | | | |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 19.3 | 20.5 | 14.9 | 322 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.1 | 0.2 | 7.1 | 34 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1.9 | 0.7 | 12.7 | 65 |
| КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ | 180 | 0.4 | 0.1 | 22.4 | 94 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 100 | 0.4 | 0.4 | 8.8 | 42 |
| Итого | | 23.1 | 21.9 | 65.9 | 557 |
| Всего | | 67.2 | 64.7 | 227.2 | 1772 |

Медицинская сестра _____



СОГЛАСОВАНО



МЕНЮ

20 марта 2026 г.

Сад 12 часов Аллергии

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА) | 180 | 6.1 | 2.9 | 27 | 159 |
| ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА | 40 | 0.2 | 1.5 | 28.8 | 68 |
| ЧАЙ (БЕЗ САХАРА) | 180 | 0.1 | | 0.2 | 1 |
| Итого | | 6.4 | 4.4 | 56 | 228 |
| II Завтрак | | | | | |
| РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5% | 180 | 9.4 | 13 | 13.7 | 175 |
| Итого | | 9.4 | 13 | 13.7 | 175 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 60 | | 10.7 | | 96 |
| РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 200 | 8.3 | 12.4 | 18.6 | 230 |
| ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 80 | 21.7 | 17.2 | 4.6 | 296 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ) | 130 | 9.4 | 10.8 | 60.2 | 376 |
| ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА | 50 | 0.4 | 3.7 | 70.1 | 166 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (БЕЗ САХАРА) | 180 | 0.2 | 0.1 | 4 | 18 |
| Итого | | 40 | 54.9 | 157.5 | 1182 |
| Полдник | | | | | |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 31.4 | 33.1 | 24.3 | 522 |
| ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА | 40 | 0.3 | 2.9 | 54.7 | 129 |
| ЧАЙ (БЕЗ САХАРА) | 180 | 0.2 | | 0.4 | 2 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕНЫЕ) | 100 | 0.6 | 0.6 | 13.9 | 67 |
| Итого | | 32.5 | 36.6 | 93.3 | 720 |
| Всего | | 88.3 | 108.9 | 320.5 | 2305 |

Медицинская сестра _____