СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

1 МЕНЮ

2 ноябрь 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ	150	9.6	18.5	11.8	253
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.8	55
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	12.2	80
Итого		**13.9**	**21.3**	**34.8**	**388**
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150				
Итого					
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3.3	7.7	7.2	115
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9.1	5.8	2.5	99
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	120	2.3	7.7	16.6	149
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	7.9	38
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.8	55
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.4	0.2	12.7	62
Итого		**17.9**	**22.2**	**57.7**	**518**
Полдник					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	12	16.3	11.5	241
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	7.9	38
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		5.1	20
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	3.1	3	22.7	130
Итого		**16.4**	**19.5**	**47.2**	**429**
Всего		**48.2**	**63**	**139.7**	**1335**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

2 МЕНЮ

3 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5	6.1	23.9	171
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.5	0.6	17.4	80
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.3	3.4	16.3	114
Итого		**10.8**	**10.1**	**57.6**	**365**
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.3	3.7	5.9	78
Итого		**4.3**	**3.7**	**5.9**	**78**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.4	0.1	1.5	9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	180	6.1	4.3	24.4	161
ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	15.1	16.6	0.7	212
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		3.1		28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.2	9.8	47
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.1	52
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	14.1	58
Итого		**24.7**	**25**	**60.6**	**567**
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23.9	15.4	22.5	331
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0.4	1	2.6	21
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.3		5.9	30
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.5	2	14.9	83
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0.9	0.2	8	42
Итого		**27**	**18.6**	**53.9**	**507**
Всего		**66.8**	**57.4**	**178**	**1517**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

4 МЕНЮ

5 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	9.5	14.2	2	174
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0.9	1.1	1.8	21
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.1	52
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.5	2.1	11.5	75
Итого		**14.4**	**18**	**25.4**	**322**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	3.1	4.2	4.4	57
Итого		**3.1**	**4.2**	**4.4**	**57**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.7	5.7	7.9	95
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	60	6.7	9.1	6.2	133
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5	3.4	22.4	139
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0.9	0.1	5.6	27
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1	0.4	7.1	36
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0.1		6.4	27
Итого		**16.4**	**18.7**	**55.6**	**457**
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЁЖИКИ"	60	4.9	6.7	6.4	105
ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	115	3.1	3.8	9.2	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0.9	0.1	5.6	27
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0.5		13.7	58
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.6	0.7	15.5	71
Итого		**10**	**11.3**	**50.4**	**346**
Всего		**43.9**	**52.2**	**135.8**	**1182**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

5 МЕНЮ

6 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.2	52
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.7	6.1	23	162
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.4	3.4	16.5	115
Итого		**9.6**	**10.1**	**49.7**	**329**
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.5	3.8	6.1	81
Итого		**4.5**	**3.8**	**6.1**	**81**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.5	0.1	1.5	10
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	4	4.9	6.3	88
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	7.6	2.8	4.1	72
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2.5	4.2	16.8	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.2	39
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.2	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.4		23.1	95
Итого		**17.8**	**12.8**	**70.2**	**471**
Полдник					
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	11.4	6.3	2.1	125
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1.7	3.6	9.7	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.2	39
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0.1		7.6	30
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	4.9	2.6	17.2	112
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	95	0.8	0.2	7.5	38
Итого		**20.2**	**12.9**	**52.3**	**426**
Всего		**52.1**	**39.6**	**178.3**	**1307**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

6 МЕНЮ

9 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3.8	3.4	10.7	89
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.8	7.2	19.7	164
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.3	4.5	16.1	128
Итого		**13.9**	**15.1**	**46.5**	**381**
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					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	40	0.3		0.7	5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3.7	8.3	8.1	125
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	60	8.5	12.9	7	178
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	120	2.4	2.7	10.2	75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.2	39
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.7	55
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6.6	26
Итого		**17.8**	**24.7**	**51.5**	**503**
Полдник					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9.9	6.1	2.6	105
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	2.1	3.9	13.5	98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.2	39
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		5.1	21
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	3.3	3	23.4	134
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.4	0.4	9.3	45
Итого		**17.1**	**13.6**	**62.1**	**442**
Всего		**53**	**57.2**	**166.9**	**1411**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

7 МЕНЮ

10 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.6	0.6	17.5	80
КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	150	5.2	7.9	29.3	214
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.6	2.2	12.3	80
Итого		**9.4**	**10.7**	**59.1**	**374**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	3.8	5.2	5.5	70
Итого		**3.8**	**5.2**	**5.5**	**70**
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0.4	3.1	2.3	39
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)	180	3.6	1.6	10	69
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	8.3	8.5	8.4	143
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2	3	11.8	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	7.7	37
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.5	8.5	43
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150				
Итого		**16.7**	**16.9**	**48.7**	**414**
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	20.2	13.1	18.5	279
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0.3	0.8	2.2	18
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.1		4.5	20
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.3	1.6	12.4	70
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0.6	0.1	5.4	29
Итого		**22.5**	**15.6**	**43**	**416**
Всего		**52.4**	**48.4**	**156.3**	**1274**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

8 МЕНЮ

11 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	10.7	15.3	2.2	190
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0.6	1.2	1.3	18
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.5	53
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.4	3.6	15.5	113
Итого		**17.2**	**20.7**	**29.5**	**374**
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	3.8	3.3	5.3	70
Итого		**3.8**	**3.3**	**5.3**	**70**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)	180	5	7.2	6.5	111
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	60	9.2	11.9	7.5	174
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	120	1.8	4.9	9.9	95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.1	0.2	7.1	34
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.4	0.5	9.5	49
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0.6		14.1	59
Итого		**19.1**	**24.7**	**54.6**	**522**
Полдник					
КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	60	9.4	9.4	2.6	133
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (1 ВАРИАНТ)	115	1.7	3.9	10.7	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.1	0.2	7.1	34
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0.1	0.1	6.6	28
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	2.9	1.1	16.6	88
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	95	0.3	0.2	6.6	30
Итого		**15.5**	**14.9**	**50.2**	**398**
Всего		**55.6**	**63.6**	**139.6**	**1364**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

9 МЕНЮ

12 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.3	5.5	21.5	153
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.6	4.1	10.6	85
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.5	54
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	170/10	0.1		5.8	23
Итого		**7.5**	**10.2**	**48.4**	**315**
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	3.3	3	5.4	67
Итого		**3.3**	**3**	**5.4**	**67**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0.4	1.6	5	36
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3.6	3.9	6.1	76
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	60	5.4	2.5	5.5	66
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2.2	3.2	14.6	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	8	38
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.5	8.8	45
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.7		16.9	73
Итого		**14.8**	**11.9**	**64.9**	**430**
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	6.2	6.8	4.3	103
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	115	3.3	5.7	17.2	135
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		4.3	17
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	8	38
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	3.9	2	17.6	105
Итого		**14.7**	**14.7**	**51.4**	**398**
Всего		**40.3**	**39.8**	**170.1**	**1210**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

10 МЕНЮ

13 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5.3	6.6	26.3	186
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.6	0.6	17.9	83
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.4	2	10.8	72
Итого		**9.3**	**9.2**	**55**	**341**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	3.7	5.1	5.3	68
Итого		**3.7**	**5.1**	**5.3**	**68**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.3	0.1	1.1	7
РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.4	5.5	6.9	89
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	9.8	5.8	1.6	108
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		2.7		24
СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0.3	1	1.2	15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1	0.1	6.5	31
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.5	8.9	45
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	150	0.1	0.1	5.4	23
Итого		**15.2**	**15.8**	**31.6**	**342**
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	11.9	12.2	10.2	199
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1	0.1	6.5	31
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.4		22	91
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.3	0.3	7.7	37
Итого		**13.6**	**12.6**	**46.4**	**358**
Всего		**41.8**	**42.7**	**138.3**	**1109**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

1 МЕНЮ

16 ноябрь 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ	150	9.6	18.5	11.8	253
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.8	55
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	12.2	80
Итого		**13.9**	**21.3**	**34.8**	**388**
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150				
Итого					
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3.3	7.7	7.2	115
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9.1	5.8	2.5	99
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	120	2.3	7.7	16.6	149
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	7.9	38
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.8	55
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.4	0.2	12.7	62
Итого		**17.9**	**22.2**	**57.7**	**518**
Полдник					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	12	16.3	11.5	241
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	7.9	38
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		5.1	20
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	3.1	3	22.7	130
Итого		**16.4**	**19.5**	**47.2**	**429**
Всего		**48.2**	**63**	**139.7**	**1335**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

2 МЕНЮ

17 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5	6.1	23.9	171
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.5	0.6	17.4	80
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.3	3.4	16.3	114
Итого		**10.8**	**10.1**	**57.6**	**365**
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.3	3.7	5.9	78
Итого		**4.3**	**3.7**	**5.9**	**78**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.4	0.1	1.5	9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	180	6.1	4.3	24.4	161
ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	15.1	16.6	0.7	212
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		3.1		28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.2	9.8	47
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.1	52
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	14.1	58
Итого		**24.7**	**25**	**60.6**	**567**
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23.9	15.4	22.5	331
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0.4	1	2.6	21
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.3		5.9	30
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.5	2	14.9	83
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0.9	0.2	8	42
Итого		**27**	**18.6**	**53.9**	**507**
Всего		**66.8**	**57.4**	**178**	**1517**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

3 МЕНЮ

18 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	150	4.6	6.7	20.3	160
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3.8	3.6	10.2	89
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.3	4.5	16.2	128
Итого		**13.7**	**14.8**	**46.7**	**377**
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.2	3.7	6.8	85
Итого		**4.2**	**3.7**	**6.8**	**85**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	40	1.5	2.9	3	45
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	180	5.4	5.8	7.3	103
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10.2	2.9	3.3	92
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	2.9	3.1	16.7	107
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	7.9	38
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.2	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6.7	27
Итого		**22.7**	**15.5**	**55.1**	**464**
Полдник					
КНЕЛИ РЫБНЫЕ	60	8.4	3.6	3.5	80
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1.7	1.4	7.7	54
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	7.9	38
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.9		22.2	96
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	5.2	2.8	20.8	129
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.4	0.4	9.1	44
Итого		**17.8**	**8.4**	**71.2**	**441**
Всего		**58.4**	**42.4**	**179.8**	**1367**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

4 МЕНЮ

19 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	9.5	14.2	2	174
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0.9	1.1	1.8	21
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.1	52
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.5	2.1	11.5	75
Итого		**14.4**	**18**	**25.4**	**322**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	3.1	4.2	4.4	57
Итого		**3.1**	**4.2**	**4.4**	**57**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.7	5.7	7.9	95
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	60	6.7	9.1	6.2	133
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5	3.4	22.4	139
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0.9	0.1	5.6	27
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1	0.4	7.1	36
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0.1		6.4	27
Итого		**16.4**	**18.7**	**55.6**	**457**
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЁЖИКИ"	60	4.9	6.7	6.4	105
ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	115	3.1	3.8	9.2	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0.9	0.1	5.6	27
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0.5		13.7	58
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.6	0.7	15.5	71
Итого		**10**	**11.3**	**50.4**	**346**
Всего		**43.9**	**52.2**	**135.8**	**1182**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

5 МЕНЮ

20 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.2	52
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.7	6.1	23	162
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.4	3.4	16.5	115
Итого		**9.6**	**10.1**	**49.7**	**329**
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.5	3.8	6.1	81
Итого		**4.5**	**3.8**	**6.1**	**81**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.5	0.1	1.5	10
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	4	4.9	6.3	88
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	7.6	2.8	4.1	72
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2.5	4.2	16.8	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.2	39
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.2	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.4		23.1	95
Итого		**17.8**	**12.8**	**70.2**	**471**
Полдник					
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	11.4	6.3	2.1	125
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1.7	3.6	9.7	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.2	39
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0.1		7.6	30
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	4.9	2.6	17.2	112
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	95	0.8	0.2	7.5	38
Итого		**20.2**	**12.9**	**52.3**	**426**
Всего		**52.1**	**39.6**	**178.3**	**1307**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

6 МЕНЮ

23 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3.8	3.4	10.7	89
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.8	7.2	19.7	164
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.3	4.5	16.1	128
Итого		**13.9**	**15.1**	**46.5**	**381**
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					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	40	0.3		0.7	5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3.7	8.3	8.1	125
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	60	8.5	12.9	7	178
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	120	2.4	2.7	10.2	75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.2	39
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.7	55
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6.6	26
Итого		**17.8**	**24.7**	**51.5**	**503**
Полдник					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9.9	6.1	2.6	105
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	2.1	3.9	13.5	98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.2	39
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		5.1	21
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	3.3	3	23.4	134
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.4	0.4	9.3	45
Итого		**17.1**	**13.6**	**62.1**	**442**
Всего		**53**	**57.2**	**166.9**	**1411**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

7 МЕНЮ

24 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.6	0.6	17.5	80
КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	150	5.2	7.9	29.3	214
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.6	2.2	12.3	80
Итого		**9.4**	**10.7**	**59.1**	**374**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	3.8	5.2	5.5	70
Итого		**3.8**	**5.2**	**5.5**	**70**
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0.4	3.1	2.3	39
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)	180	3.6	1.6	10	69
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	8.3	8.5	8.4	143
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2	3	11.8	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	7.7	37
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.5	8.5	43
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150				
Итого		**16.7**	**16.9**	**48.7**	**414**
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	20.2	13.1	18.5	279
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0.3	0.8	2.2	18
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.1		4.5	20
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.3	1.6	12.4	70
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0.6	0.1	5.4	29
Итого		**22.5**	**15.6**	**43**	**416**
Всего		**52.4**	**48.4**	**156.3**	**1274**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

8 МЕНЮ

25 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	10.7	15.3	2.2	190
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0.6	1.2	1.3	18
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.5	53
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.4	3.6	15.5	113
Итого		**17.2**	**20.7**	**29.5**	**374**
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	3.8	3.3	5.3	70
Итого		**3.8**	**3.3**	**5.3**	**70**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)	180	5	7.2	6.5	111
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	60	9.2	11.9	7.5	174
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	120	1.8	4.9	9.9	95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.1	0.2	7.1	34
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.4	0.5	9.5	49
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0.6		14.1	59
Итого		**19.1**	**24.7**	**54.6**	**522**
Полдник					
КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	60	9.4	9.4	2.6	133
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (1 ВАРИАНТ)	115	1.7	3.9	10.7	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.1	0.2	7.1	34
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0.1	0.1	6.6	28
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	2.9	1.1	16.6	88
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	95	0.3	0.2	6.6	30
Итого		**15.5**	**14.9**	**50.2**	**398**
Всего		**55.6**	**63.6**	**139.6**	**1364**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

9 МЕНЮ

26 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.3	5.5	21.5	153
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.6	4.1	10.6	85
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.5	54
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	170/10	0.1		5.8	23
Итого		**7.5**	**10.2**	**48.4**	**315**
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	3.3	3	5.4	67
Итого		**3.3**	**3**	**5.4**	**67**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0.4	1.6	5	36
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3.6	3.9	6.1	76
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	60	5.4	2.5	5.5	66
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2.2	3.2	14.6	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	8	38
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.5	8.8	45
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.7		16.9	73
Итого		**14.8**	**11.9**	**64.9**	**430**
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	6.2	6.8	4.3	103
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	115	3.3	5.7	17.2	135
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		4.3	17
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	8	38
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	3.9	2	17.6	105
Итого		**14.7**	**14.7**	**51.4**	**398**
Всего		**40.3**	**39.8**	**170.1**	**1210**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

10 МЕНЮ

27 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5.3	6.6	26.3	186
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.6	0.6	17.9	83
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.4	2	10.8	72
Итого		**9.3**	**9.2**	**55**	**341**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	3.7	5.1	5.3	68
Итого		**3.7**	**5.1**	**5.3**	**68**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.3	0.1	1.1	7
РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	2.4	5.5	6.9	89
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	9.8	5.8	1.6	108
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		2.7		24
СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0.3	1	1.2	15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1	0.1	6.5	31
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.5	8.9	45
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	150	0.1	0.1	5.4	23
Итого		**15.2**	**15.8**	**31.6**	**342**
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	11.9	12.2	10.2	199
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1	0.1	6.5	31
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.4		22	91
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.3	0.3	7.7	37
Итого		**13.6**	**12.6**	**46.4**	**358**
Всего		**41.8**	**42.7**	**138.3**	**1109**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

1 МЕНЮ

30 ноябрь 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ	150	9.6	18.5	11.8	253
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.8	55
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	12.2	80
Итого		**13.9**	**21.3**	**34.8**	**388**
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150				
Итого					
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3.3	7.7	7.2	115
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9.1	5.8	2.5	99
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	120	2.3	7.7	16.6	149
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	7.9	38
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.8	55
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.4	0.2	12.7	62
Итого		**17.9**	**22.2**	**57.7**	**518**
Полдник					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	12	16.3	11.5	241
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	7.9	38
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		5.1	20
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	3.1	3	22.7	130
Итого		**16.4**	**19.5**	**47.2**	**429**
Всего		**48.2**	**63**	**139.7**	**1335**

Медицинская сестра