СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

1 МЕНЮ

2 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.6	7.8	23.3	186
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.5	54
ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	0.3		27.9	114
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.5	2	12	77
Итого		**9.9**	**10.4**	**73.7**	**431**
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180				
Итого					
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0.4	0.1	0.9	7
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.6	8	8.6	123
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12.8	8	3.4	137
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	140	2.8	8.7	20.5	175
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.4	53
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.6	0.3	16.4	82
Итого		**23.7**	**26**	**72.9**	**638**
Полдник					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	16.7	21.8	15.6	326
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.4	53
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6	25
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4.1	3.7	29.2	166
Итого		**23.7**	**26.3**	**69.7**	**611**
Всего		**57.3**	**62.7**	**216.3**	**1680**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

2 МЕНЮ

3 ноября 2026 г.

Сад 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	180	6.6	6.8	31.6	214
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.6	0.6	24.9	109
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.6	3.6	16.9	119
Итого		**12.8**	**11**	**73.4**	**442**
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.1	4.4	7.1	94
Итого		**5.1**	**4.4**	**7.1**	**94**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.2	14
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	5.9	4.7	24.2	163
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	80	10.5	15.3	8.6	214
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5.2	4.7	33	195
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.4	40
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.1	52
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	17.7	73
Итого		**25.2**	**25.7**	**104.2**	**751**
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	31.2	20.2	29.5	433
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.6	1.5	4	32
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.1	52
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2		11.2	44
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.9	0.2	7.9	42
Итого		**34.4**	**22.5**	**62.7**	**603**
Всего		**77.5**	**63.6**	**247.4**	**1890**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

4 МЕНЮ

5 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	16	22	3.1	275
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0.8	1.2	1.7	21
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.1	52
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.6	2.2	12.4	80
Итого		**20.9**	**26**	**27.3**	**428**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.3	7.3	7.7	98
Итого		**5.3**	**7.3**	**7.7**	**98**
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.6	1.2	3.4	27
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.9	7.9	11.6	135
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	80	12.7	16.4	11.8	245
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	4.8	5.1	21.9	153
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.4	0.6	9.9	50
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1.9	0.3	12.1	58
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0.2		11.2	47
Итого		**25.5**	**31.5**	**81.9**	**715**
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЁЖИКИ"	80	9.2	12.5	12.4	199
ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	140	5.6	6.6	16	147
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.1	39
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.4	0.6	9.9	50
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0.8	0.1	23.4	98
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0.8	0.2	7.6	39
Итого		**19.1**	**20.2**	**77.4**	**572**
Всего		**70.8**	**85**	**194.3**	**1813**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

5 МЕНЮ

6 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4.4	6.4	27.1	184
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10	51
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.6	2.1	16	90
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.3	3.5	15.9	113
Итого		**11.8**	**12.6**	**69**	**438**
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.4	4.7	7.5	99
Итого		**5.4**	**4.7**	**7.5**	**99**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.4	15
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	4.4	5.3	6.5	93
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	12.3	4.5	5.2	111
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3	4.9	20.2	137
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1.9	0.3	12.2	59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10	51
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0.9		22.6	98
Итого		**24.7**	**15.7**	**79.1**	**564**
Полдник					
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16.4	9.2	2.6	177
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	2	3.9	11.6	93
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.1	39
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10	51
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.2	27
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6.4	3.4	21.6	143
Итого		**27.8**	**17.3**	**60.1**	**530**
Всего		**69.7**	**50.3**	**215.7**	**1631**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

6 МЕНЮ

9 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.7	7.8	23.4	187
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5.1	9	10.7	145
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.3	4.4	15.9	126
Итого		**16.1**	**21.2**	**50**	**458**
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5.1	4.5	8.2	102
Итого		**5.1**	**4.5**	**8.2**	**102**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0.5	0.1	1	8
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.8	8.2	9.5	129
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	11.3	17.1	9.3	236
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	140	2.8	3	12.2	88
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.5	60
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.7	54
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7.8	31
Итого		**22**	**29.3**	**63**	**606**
Полдник					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13.5	8	3.2	140
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	2.8	4.7	18.1	127
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.3	40
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2		9	35
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3.6	3.6	26.5	153
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.4	0.4	8.7	42
Итого		**21.8**	**16.9**	**73.8**	**537**
Всего		**65**	**71.9**	**195**	**1703**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

7 МЕНЮ

10 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	180	6.3	9.5	35.8	258
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.6	0.6	24.4	107
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.5	2.1	12	77
Итого		**10.4**	**12.2**	**72.2**	**442**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.4	7.4	7.8	100
Итого		**5.4**	**7.4**	**7.8**	**100**
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.8	6.1	4.5	76
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3.6	2.3	14.3	93
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	13.8	14.5	13.9	241
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2.7	4.3	16.2	116
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.5	60
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.5	53
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180				
Итого		**24.4**	**28.1**	**71.9**	**639**
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	32.2	20.9	29.8	446
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.6	1.5	4	32
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.5	53
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0.3	0.3	8.6	39
Итого		**34.7**	**23.3**	**59.1**	**595**
Всего		**74.9**	**71**	**211**	**1776**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

8 МЕНЮ

11 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	17.6	21.7	3.2	278
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0.9	1.2	1.8	22
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.5	54
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.5	3.6	16.4	117
Итого		**24.5**	**27.1**	**31.9**	**471**
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.4	4.7	7.5	99
Итого		**5.4**	**4.7**	**7.5**	**99**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.5	16
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	200	6.3	5.8	10.3	119
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	80	12.2	15.4	10	227
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	140	2.1	6.6	11.3	119
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.9	62
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.6	54
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0.9	0.1	19.9	84
Итого		**25.8**	**28.9**	**77.5**	**681**
Полдник					
КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	80	15.3	14.5	3.6	207
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	140	3.1	5.2	31.2	184
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.6	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.6	54
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0.1	0.1	9.5	41
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2.7	1.2	14.5	80
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.9	0.2	7.8	42
Итого		**25**	**22**	**85.8**	**649**
Всего		**80.7**	**82.7**	**202.7**	**1900**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

9 МЕНЮ

12 ноября 2026 г.

Сад 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	180	5.3	6.4	26.7	185
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.5	4.5	10.4	88
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.6	0.7	15.5	71
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	12.6	49
Итого		**7.6**	**11.7**	**65.2**	**393**
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5	4.5	8	101
Итого		**5**	**4.5**	**8**	**101**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60	0.9	3.1	10.1	72
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	4.4	5	7.9	98
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	80	10.8	4.5	8.1	117
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2.8	4.8	19.1	131
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.2	9.6	46
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.2	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0.6		30.1	124
Итого		**22.5**	**18.2**	**95.1**	**640**
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80	9.8	11.2	5.6	163
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	140	5.7	9.9	26	219
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.2	9.6	46
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.7	29
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	3.7	3.1	3	55
Итого		**20.9**	**24.4**	**50.9**	**512**
Всего		**56**	**58.8**	**219.2**	**1646**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

10 МЕНЮ

13 ноября 2026 г.

Сад 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	180	6.4	6.9	31.2	213
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.6	0.6	25	110
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	12.4	81
Итого		**10.7**	**9.7**	**68.6**	**404**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.2	7.2	7.5	97
Итого		**5.2**	**7.2**	**7.5**	**97**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.4	15
РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.7	8.3	9.6	130
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	13.4	8.3	0.4	149
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5.2	4.4	33	193
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.6	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.4	53
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0.1	0.1	9.4	39
Итого		**26.6**	**22.1**	**77.8**	**640**
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	17.1	17.3	14.7	284
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.4	40
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.4	53
КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0.4	0.1	22.2	94
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.4	0.4	8.9	43
Итого		**20.7**	**18.6**	**64.6**	**514**
Всего		**63.2**	**57.6**	**218.5**	**1655**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

1 МЕНЮ

16 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.6	7.8	23.3	186
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.5	54
ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	0.3		27.9	114
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.5	2	12	77
Итого		**9.9**	**10.4**	**73.7**	**431**
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180				
Итого					
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0.4	0.1	0.9	7
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.6	8	8.6	123
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12.8	8	3.4	137
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	140	2.8	8.7	20.5	175
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.4	53
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.6	0.3	16.4	82
Итого		**23.7**	**26**	**72.9**	**638**
Полдник					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	16.7	21.8	15.6	326
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.4	53
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6	25
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4.1	3.7	29.2	166
Итого		**23.7**	**26.3**	**69.7**	**611**
Всего		**57.3**	**62.7**	**216.3**	**1680**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

2 МЕНЮ

17 ноября 2026 г.

Сад 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	180	6.6	6.8	31.6	214
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.6	0.6	24.9	109
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.6	3.6	16.9	119
Итого		**12.8**	**11**	**73.4**	**442**
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.1	4.4	7.1	94
Итого		**5.1**	**4.4**	**7.1**	**94**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.2	14
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	5.9	4.7	24.2	163
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	80	10.5	15.3	8.6	214
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5.2	4.7	33	195
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.4	40
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.1	52
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	17.7	73
Итого		**25.2**	**25.7**	**104.2**	**751**
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	31.2	20.2	29.5	433
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.6	1.5	4	32
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.1	52
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2		11.2	44
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.9	0.2	7.9	42
Итого		**34.4**	**22.5**	**62.7**	**603**
Всего		**77.5**	**63.6**	**247.4**	**1890**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

3 МЕНЮ

18 ноября 2026 г.

Сад 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)	180	5.6	8.2	24.9	196
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5	9.1	10.3	144
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.6	4.7	16.4	132
Итого		**16.2**	**22**	**51.6**	**472**
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	4.7	4.2	7.5	94
Итого		**4.7**	**4.2**	**7.5**	**94**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	2.1	4.6	4.2	67
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	200	5.9	5.5	7.9	106
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12.6	3.5	4.2	113
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	140	3.2	3.5	18.7	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1.8	0.2	11.8	57
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.4	0.5	9.5	49
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7.4	30
Итого		**27**	**17.8**	**63.7**	**542**
Полдник					
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	9.4	6.3	7	123
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	1.9	1.8	8.7	64
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.2	0.2	7.9	38
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.4	0.5	9.5	49
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0.8		21.2	92
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6.2	3.5	24.7	155
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.3	0.3	8	38
Итого		**21.2**	**12.6**	**87**	**559**
Всего		**69.1**	**56.6**	**209.8**	**1667**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

4 МЕНЮ

19 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	16	22	3.1	275
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0.8	1.2	1.7	21
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.1	52
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.6	2.2	12.4	80
Итого		**20.9**	**26**	**27.3**	**428**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.3	7.3	7.7	98
Итого		**5.3**	**7.3**	**7.7**	**98**
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.6	1.2	3.4	27
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.9	7.9	11.6	135
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	80	12.7	16.4	11.8	245
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	4.8	5.1	21.9	153
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.4	0.6	9.9	50
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1.9	0.3	12.1	58
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0.2		11.2	47
Итого		**25.5**	**31.5**	**81.9**	**715**
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЁЖИКИ"	80	9.2	12.5	12.4	199
ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	140	5.6	6.6	16	147
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.1	39
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.4	0.6	9.9	50
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0.8	0.1	23.4	98
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0.8	0.2	7.6	39
Итого		**19.1**	**20.2**	**77.4**	**572**
Всего		**70.8**	**85**	**194.3**	**1813**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

5 МЕНЮ

20 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4.4	6.4	27.1	184
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10	51
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.6	2.1	16	90
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.3	3.5	15.9	113
Итого		**11.8**	**12.6**	**69**	**438**
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.4	4.7	7.5	99
Итого		**5.4**	**4.7**	**7.5**	**99**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.4	15
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	4.4	5.3	6.5	93
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	12.3	4.5	5.2	111
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3	4.9	20.2	137
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1.9	0.3	12.2	59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10	51
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0.9		22.6	98
Итого		**24.7**	**15.7**	**79.1**	**564**
Полдник					
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16.4	9.2	2.6	177
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	2	3.9	11.6	93
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.1	39
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10	51
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.2	27
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6.4	3.4	21.6	143
Итого		**27.8**	**17.3**	**60.1**	**530**
Всего		**69.7**	**50.3**	**215.7**	**1631**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

6 МЕНЮ

23 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.7	7.8	23.4	187
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5.1	9	10.7	145
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.3	4.4	15.9	126
Итого		**16.1**	**21.2**	**50**	**458**
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5.1	4.5	8.2	102
Итого		**5.1**	**4.5**	**8.2**	**102**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0.5	0.1	1	8
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.8	8.2	9.5	129
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	11.3	17.1	9.3	236
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	140	2.8	3	12.2	88
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.5	60
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.7	54
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7.8	31
Итого		**22**	**29.3**	**63**	**606**
Полдник					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13.5	8	3.2	140
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	2.8	4.7	18.1	127
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.3	40
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2		9	35
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3.6	3.6	26.5	153
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.4	0.4	8.7	42
Итого		**21.8**	**16.9**	**73.8**	**537**
Всего		**65**	**71.9**	**195**	**1703**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

7 МЕНЮ

24 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	180	6.3	9.5	35.8	258
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.6	0.6	24.4	107
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.5	2.1	12	77
Итого		**10.4**	**12.2**	**72.2**	**442**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.4	7.4	7.8	100
Итого		**5.4**	**7.4**	**7.8**	**100**
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.8	6.1	4.5	76
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3.6	2.3	14.3	93
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	13.8	14.5	13.9	241
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2.7	4.3	16.2	116
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.5	60
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.5	53
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180				
Итого		**24.4**	**28.1**	**71.9**	**639**
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	32.2	20.9	29.8	446
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.6	1.5	4	32
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.5	53
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0.3	0.3	8.6	39
Итого		**34.7**	**23.3**	**59.1**	**595**
Всего		**74.9**	**71**	**211**	**1776**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

8 МЕНЮ

25 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	17.6	21.7	3.2	278
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0.9	1.2	1.8	22
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.5	54
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.5	3.6	16.4	117
Итого		**24.5**	**27.1**	**31.9**	**471**
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.4	4.7	7.5	99
Итого		**5.4**	**4.7**	**7.5**	**99**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.5	16
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	200	6.3	5.8	10.3	119
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	80	12.2	15.4	10	227
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	140	2.1	6.6	11.3	119
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.9	62
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.6	54
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0.9	0.1	19.9	84
Итого		**25.8**	**28.9**	**77.5**	**681**
Полдник					
КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	80	15.3	14.5	3.6	207
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	140	3.1	5.2	31.2	184
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.6	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.6	10.6	54
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0.1	0.1	9.5	41
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2.7	1.2	14.5	80
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.9	0.2	7.8	42
Итого		**25**	**22**	**85.8**	**649**
Всего		**80.7**	**82.7**	**202.7**	**1900**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

9 МЕНЮ

26 ноября 2026 г.

Сад 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	180	5.3	6.4	26.7	185
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.5	4.5	10.4	88
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.6	0.7	15.5	71
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	12.6	49
Итого		**7.6**	**11.7**	**65.2**	**393**
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5	4.5	8	101
Итого		**5**	**4.5**	**8**	**101**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60	0.9	3.1	10.1	72
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	4.4	5	7.9	98
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	80	10.8	4.5	8.1	117
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2.8	4.8	19.1	131
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.2	9.6	46
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.2	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0.6		30.1	124
Итого		**22.5**	**18.2**	**95.1**	**640**
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80	9.8	11.2	5.6	163
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	140	5.7	9.9	26	219
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.2	9.6	46
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.7	29
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	3.7	3.1	3	55
Итого		**20.9**	**24.4**	**50.9**	**512**
Всего		**56**	**58.8**	**219.2**	**1646**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

10 МЕНЮ

27 ноября 2026 г.

Сад 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	180	6.4	6.9	31.2	213
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.6	0.6	25	110
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	12.4	81
Итого		**10.7**	**9.7**	**68.6**	**404**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.2	7.2	7.5	97
Итого		**5.2**	**7.2**	**7.5**	**97**
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.4	15
РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.7	8.3	9.6	130
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	13.4	8.3	0.4	149
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5.2	4.4	33	193
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.6	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.4	53
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0.1	0.1	9.4	39
Итого		**26.6**	**22.1**	**77.8**	**640**
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	17.1	17.3	14.7	284
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.4	40
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.4	53
КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0.4	0.1	22.2	94
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.4	0.4	8.9	43
Итого		**20.7**	**18.6**	**64.6**	**514**
Всего		**63.2**	**57.6**	**218.5**	**1655**

Медицинская сестра

СОГЛАСОВАНО

Заведующий
ГБДОУ №028
_____ //

1 МЕНЮ

30 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5.6	7.8	23.3	186
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.5	54
ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	0.3		27.9	114
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.5	2	12	77
Итого		**9.9**	**10.4**	**73.7**	**431**
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180				
Итого					
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0.4	0.1	0.9	7
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.6	8	8.6	123
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12.8	8	3.4	137
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	140	2.8	8.7	20.5	175
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.4	53
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.6	0.3	16.4	82
Итого		**23.7**	**26**	**72.9**	**638**
Полдник					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	16.7	21.8	15.6	326
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.4	53
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6	25
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4.1	3.7	29.2	166
Итого		**23.7**	**26.3**	**69.7**	**611**
Всего		**57.3**	**62.7**	**216.3**	**1680**

Медицинская сестра