

Утверждаю

СП "Детский сад "Чудо-Град" ГБОУ СОШ "ОЦ "Южный город" пос. Придорожный  
руководитель  
Талькина И.В./



# МЕНЮ

22 января 2025 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда                                      | Выход  | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---|--------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|   |        |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>  |        |            |                   |         |             |                               |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ                                       | 190    | 15,30      | 7,5               | 8,1     | 28,6        | 218                           |
| КАКАО С МОЛОКОМ   | 180    | 10,52      | 3,7               | 3,1     | 12,5        | 94                            |
| БАТОН   | 35     | 1,89       | 2,1               | 0,8     | 13,5        | 70                            |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)  | 5      | 3,93       |                   | 4       |             | 36                            |
| Итого   |        | 31,65      | 13,3              | 16      | 54,6        | 418                           |
| <b>II Завтрак</b>                                       |        |            |                   |         |             |                               |
| ЯБЛОКО  | 150    | 21,70      | 0,7               | 0,7     | 16,9        | 81                            |
| Итого   |        | 21,70      | 0,7               | 0,7     | 16,9        | 81                            |
| <b>Обед</b>   |        |            |                   |         |             |                               |
| КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ                               | 50     | 9,46       | 1,1               | 0,1     | 2,3         | 14                            |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/10 | 10,83      | 4,3               | 7,6     | 5,9         | 114                           |
| ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ                                 | 130    | 7,39       | 12,1              | 5,6     | 25,4        | 200                           |
| ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ   | 70     | 45,06      | 20                | 6,9     | 1,4         | 173                           |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ  | 180    | 2,61       | 0,4               |         | 12,6        | 52                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 45     | 2,21       | 3                 | 0,2     | 19,8        | 94                            |
| Итого   |        | 77,56      | 40,9              | 20,4    | 67,4        | 647                           |
| <b>Полдник</b>  |        |            |                   |         |             |                               |
| КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ   | 220    | 17,30      | 5,4               | 4,7     | 22,5        | 155                           |
| ПЕЧЕНЬЕ   | 30     | 3,36       | 1,4               | 1,9     | 14,3        | 80                            |
| Итого   |        | 20,65      | 6,8               | 6,6     | 36,8        | 235                           |
| <b>Ужин</b>   |        |            |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ                              | 70     | 6,33       | 0,9               | 2,1     | 1,5         | 30                            |
| СУХАРНИК  | 150    | 24,75      | 9                 | 13,9    | 11,9        | 208                           |
| ЧАЙ С САХАРОМ   | 200    | 1,05       | 0,2               |         | 7           | 29                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50     | 2,33       | 3                 | 0,4     | 19          | 92                            |
| Итого   |        | 34,47      | 13,1              | 16,4    | 39,4        | 359                           |
| Всего   |        | 186,03     | 74,8              | 60,1    | 215,1       | 1740                          |

Медицинская сестра Щербакова Ю.С.

Утверждаю

СП "Детский сад "Чудо-Град" ГБОУ СОШ "ОЦ "Южный город" пос. Придорожный  
руководитель  
Алькина И.В./



# МЕНЮ

22 января 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                      | Выход | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|   |       |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>  |       |            |                   |         |             |                               |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ                                       | 170   | 13,85      | 6                 | 7,4     | 21,4        | 177                           |
| КАКАО С МОЛОКОМ   | 160   | 9,59       | 3,4               | 2,9     | 10,2        | 82                            |
| БАТОН   | 25    | 1,35       | 1,5               | 0,6     | 9,7         | 50                            |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)  | 5     | 3,93       |                   | 4       |             | 36                            |
| Итого   |       | 28,73      | 10,9              | 14,9    | 41,3        | 345                           |
| <b>II Завтрак</b>                                       |       |            |                   |         |             |                               |
| ЯБЛОКО  | 130   | 18,81      | 0,6               | 0,6     | 14,6        | 70                            |
| Итого   |       | 18,81      | 0,6               | 0,6     | 14,6        | 70                            |
| <b>Обед</b>   |       |            |                   |         |             |                               |
| КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ                               | 30    | 5,68       | 0,7               |         | 1,4         | 9                             |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 160/9 | 8,95       | 3,3               | 6,5     | 3,2         | 88                            |
| ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ                                 | 110   | 4,14       | 8,1               | 2,9     | 17          | 126                           |
| ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ   | 70    | 37,20      | 16,5              | 5,2     | 1,6         | 140                           |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ  | 150   | 2,53       | 0,4               |         | 11,7        | 49                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 30    | 1,48       | 2                 | 0,2     | 13,2        | 62                            |
| Итого   |       | 59,98      | 31                | 14,8    | 48,1        | 474                           |
| <b>Полдник</b>  |       |            |                   |         |             |                               |
| КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ   | 150   | 12,96      | 4,1               | 3,5     | 17,8        | 120                           |
| ПЕЧЕНЬЕ   | 20    | 2,23       | 1                 | 1,3     | 9,5         | 53                            |
| Итого   |       | 15,19      | 5,1               | 4,8     | 27,3        | 173                           |
| <b>Ужин</b>   |       |            |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ                              | 50    | 4,52       | 0,6               | 1,6     | 1           | 21                            |
| СУХАРНИК  | 130   | 23,01      | 8,1               | 11,4    | 7,6         | 167                           |
| ЧАЙ С САХАРОМ   | 200   | 1,02       | 0,2               |         | 6,9         | 28                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 40    | 1,86       | 2,4               | 0,3     | 15,2        | 73                            |
| Итого   |       | 30,41      | 11,3              | 13,3    | 30,7        | 289                           |
| Всего   |       | 153,11     | 58,9              | 48,4    | 162         | 1351                          |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Щербакова Ю.С.