

Утверждаю

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

## МЕНЮ

22 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                         | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|--------------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|-------------|------------------------------------------|
|                                            |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                          |
| Завтрак                                    |       |               |                   |         |             |                                          |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА                          | 120   | 30,20         | 14,1              | 12,8    | 7,9         | 202                                      |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)                    | 30    | 2,71          | 0,6               | 1,6     | 3,2         | 29                                       |
| ЧАЙ С САХАРОМ                              | 180   | 0,88          | 0,2               |         | 6,4         | 26                                       |
| БАТОН                                      | 20    | 1,66          | 1,5               | 0,6     | 9,9         | 51                                       |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                           | 5     | 4,01          |                   | 4       |             | 36                                       |
| Итого                                      |       | 39,46         | 16,4              | 19      | 27,4        | 344                                      |
| II Завтрак                                 |       |               |                   |         |             |                                          |
| СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ                       | 115   | 9,51          | 0,6               | 0,1     | 11,7        | 50                                       |
| Итого                                      |       | 9,51          | 0,6               | 0,1     | 11,7        | 50                                       |
| Обед                                       |       |               |                   |         |             |                                          |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ                 | 30    | 4,63          | 0,6               | 1,7     | 1,1         | 24                                       |
| СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 160/8 | 15,99         | 5,9               | 8,6     | 17,3        | 174                                      |
| ПЛОВ С КУРИНЫМ МЯСОМ                       | 160   | 15,05         | 8,7               | 10,1    | 21,2        | 211                                      |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                           | 150   | 2,72          | 0,5               |         | 12,2        | 51                                       |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 20    | 1,10          | 1,4               | 0,1     | 9,4         | 45                                       |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 20    | 1,06          | 1,3               | 0,2     | 8,4         | 40                                       |
| Итого                                      |       | 40,55         | 18,4              | 20,7    | 69,6        | 545                                      |
| Полдник                                    |       |               |                   |         |             |                                          |
| КЕФИР                                      | 170   | 17,81         | 5,6               | 4,9     | 7,8         | 103                                      |
| БАТОН                                      | 20    | 1,66          | 1,5               | 0,6     | 9,9         | 51                                       |
| ПОВИДЛО                                    | 10    | 2,37          |                   |         | 6,5         | 26                                       |
| Итого                                      |       | 21,84         | 7,1               | 5,5     | 24,2        | 180                                      |
| Ужин                                       |       |               |                   |         |             |                                          |
| РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ                | 180   | 58,13         | 25,6              | 8,8     | 2,6         | 192                                      |
| СОУС ТОМАТНЫЙ                              | 20    | 0,88          | 0,3               | 1,2     | 1,9         | 20                                       |
| ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                  | 180   | 1,22          | 0,1               |         | 6,3         | 27                                       |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 20    | 1,06          | 1,3               | 0,2     | 8,4         | 40                                       |
| Итого                                      |       | 61,29         | 27,3              | 10,2    | 19,2        | 279                                      |
| Всего                                      |       | 172,64        | 69,8              | 55,5    | 152,1       | 1398                                     |

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.

Утверждаю

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

## МЕНЮ

22 мая 2025 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда                         | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|--------------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                            |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                    |        |               |                   |         |             |                                     |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА                          | 150    | 34,09         | 17,6              | 13      | 13,1        | 235                                 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)                    | 50     | 3,64          | 0,9               | 2,2     | 4,4         | 40                                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                              | 200    | 1,01          | 0,2               |         | 7,1         | 29                                  |
| БАТОН                                      | 25     | 2,08          | 1,9               | 0,7     | 12,4        | 64                                  |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                           | 5      | 3,99          |                   | 4       |             | 36                                  |
| Итого                                      |        | 44,80         | 20,6              | 19,9    | 37          | 404                                 |
| II Завтрак                                 |        |               |                   |         |             |                                     |
| СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ                       | 115    | 9,51          | 0,6               | 0,1     | 11,7        | 50                                  |
| Итого                                      |        | 9,51          | 0,6               | 0,1     | 11,7        | 50                                  |
| Обед                                       |        |               |                   |         |             |                                     |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ                 | 50     | 4,98          | 0,6               | 4,5     | 1,1         | 48                                  |
| СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/10 | 18,38         | 6,7               | 10,5    | 19,7        | 204                                 |
| ПЛОВ С КУРИНЫМ МЯСОМ                       | 200    | 17,77         | 11,1              | 11,6    | 35,2        | 290                                 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                           | 180    | 2,80          | 0,5               |         | 13,1        | 55                                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 30     | 1,64          | 2,2               | 0,2     | 14,2        | 67                                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 25     | 1,32          | 1,6               | 0,2     | 10,4        | 50                                  |
| Итого                                      |        | 46,90         | 22,7              | 27      | 93,7        | 714                                 |
| Полдник                                    |        |               |                   |         |             |                                     |
| КЕФИР                                      | 215    | 22,52         | 7,1               | 6,1     | 9,8         | 130                                 |
| БАТОН                                      | 25     | 2,08          | 1,9               | 0,7     | 12,4        | 64                                  |
| ПОВИДЛО                                    | 10     | 2,37          |                   |         | 6,5         | 26                                  |
| Итого                                      |        | 26,97         | 9                 | 6,8     | 28,7        | 220                                 |
| Ужин                                       |        |               |                   |         |             |                                     |
| РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ                | 180    | 61,57         | 27,1              | 10,1    | 5,6         | 221                                 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ                              | 50     | 0,89          | 0,2               | 2,9     | 1,1         | 32                                  |
| ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                  | 200    | 2,08          | 0,2               | 0,1     | 10,8        | 48                                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 25     | 1,32          | 1,6               | 0,2     | 10,4        | 50                                  |
| Итого                                      |        | 65,85         | 29,1              | 13,3    | 27,9        | 351                                 |
| Всего                                      |        | 194,03        | 82                | 67,1    | 199         | 1739                                |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Щербакова Ю.С.