

Утверждаю

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

# МЕНЮ

13 октября 2025 г.

Сад 12 часов



| Наименование блюда                                        | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                           |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                                   |       |                   |         |             |                                     |
| КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ                              | 190   | 7,1               | 6,8     | 30,9        | 215                                 |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                           | 180   | 3,9               | 3,4     | 11          | 91                                  |
| БАТОН                                                     | 30    | 2,6               | 1       | 16,5        | 85                                  |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                          | 5     |                   | 4,1     |             | 38                                  |
| Итого                                                     |       | 13,6              | 15,3    | 58,4        | 429                                 |
| II Завтрак                                                |       |                   |         |             |                                     |
| СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ                                      | 120   | 0,6               | 0,1     | 12,2        | 52                                  |
| Итого                                                     |       | 0,6               | 0,1     | 12,2        | 52                                  |
| Обед                                                      |       |                   |         |             |                                     |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                                           | 50    | 0,9               | 4,3     | 3,7         | 57                                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА<br>КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180   | 6,2               | 5,9     | 19,7        | 158                                 |
| СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)                                    | 130   | 16                | 19,5    | 9,8         | 278                                 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ                                  | 70    | 0,5               | 2,1     | 2,8         | 35                                  |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                               | 180   |                   |         | 8,7         | 35                                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                            | 30    | 2,6               | 0,2     | 16,9        | 80                                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                               | 47    | 3,4               | 0,4     | 21,6        | 104                                 |
| Итого                                                     |       | 29,6              | 32,4    | 83,2        | 747                                 |
| Полдник                                                   |       |                   |         |             |                                     |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                          | 210   | 5,9               | 5,1     | 9,8         | 110                                 |
| ГРЕНКИ С СЫРОМ                                            | 40    | 4,5               | 3,6     | 16          | 115                                 |
| Итого                                                     |       | 10,4              | 8,7     | 25,8        | 225                                 |
| Ужин                                                      |       |                   |         |             |                                     |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ                              | 180   | 21,4              | 16,8    | 23,1        | 324                                 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ                                    | 70    | 0,2               | 0,8     | 1,2         | 16                                  |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО                    | 200   |                   |         | 12,6        | 50                                  |
| Итого                                                     |       | 21,6              | 17,6    | 36,9        | 390                                 |
| Всего                                                     |       | 75,8              | 74,1    | 216,5       | 1843                                |

Медицинская сестра Щербакова Ю.С.

Утверждаю

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

# МЕНЮ

13 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                        | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                           |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                                   |       |                   |         |             |                                     |
| КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ                              | 170   | 5,8               | 5,6     | 23,1        | 167                                 |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                           | 160   | 3,6               | 3       | 9,6         | 81                                  |
| БАТОН                                                     | 20    | 1,7               | 0,7     | 11          | 57                                  |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                          | 5     |                   | 4,1     |             | 38                                  |
| Итого                                                     |       | 11,1              | 13,4    | 43,7        | 343                                 |
| II Завтрак                                                |       |                   |         |             |                                     |
| СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ                                      | 120   | 0,6               | 0,1     | 12,2        | 52                                  |
| Итого                                                     |       | 0,6               | 0,1     | 12,2        | 52                                  |
| Обед                                                      |       |                   |         |             |                                     |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                                           | 30    | 0,6               | 2,7     | 2,3         | 36                                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА<br>КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 160   | 5,8               | 4,4     | 17,8        | 135                                 |
| СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)                                    | 100   | 12,8              | 14,9    | 4,9         | 206                                 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ                                  | 60    | 0,4               | 1,5     | 2           | 25                                  |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                               | 150   |                   |         | 7,8         | 31                                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                            | 20    | 1,7               | 0,1     | 11,3        | 53                                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                               | 40    | 2,9               | 0,4     | 18,4        | 89                                  |
| Итого                                                     |       | 24,2              | 24      | 64,5        | 575                                 |
| Полдник                                                   |       |                   |         |             |                                     |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                          | 170   | 4,8               | 4,2     | 8           | 89                                  |
| ГРЕНКИ С СЫРОМ                                            | 30    | 3,6               | 2,3     | 16          | 99                                  |
| Итого                                                     |       | 8,4               | 6,5     | 24          | 188                                 |
| Ужин                                                      |       |                   |         |             |                                     |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ                              | 160   | 16,4              | 13,5    | 17,1        | 252                                 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ                                    | 50    | 0,2               | 0,5     | 1,3         | 12                                  |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО                    | 190   |                   |         | 9,1         | 36                                  |
| Итого                                                     |       |                   |         | 27,5        | 300                                 |
| Всего                                                     |       | 60,9              | 58      | 171,9       | 1458                                |

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