

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 октября 2025 г.

Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	16,87	7,6	7,8	30,1	221
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	10,43	3,5	2,8	10,7	83
БАТОН	34	3,16	2,7	1,1	17,6	91
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	4,59		4,5		41
Итого		35,05	13,8	16,2	58,4	436
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	9,58	0,6	0,1	11,8	50
Итого		9,58	0,6	0,1	11,8	50
Обед						
САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	50	2,66	0,8	2,4	3,7	40
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	18,26	7,6	7,9	21,3	186
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	21,02	9	11,1	28,8	252
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	3,77	0,1	0,1	11,1	46
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,01	3,3	0,3	21,4	101
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,79	1,7	0,2	11,1	53
Итого		50,52	22,5	22	97,4	678
Полдник						
КЕФИР	200	15,75	5,6	4,9	7,8	103
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	3,28	3,1	0,8	19,2	95
Итого		19,03	8,7	5,7	27	198
Ужин						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	225	38,66	17,8	8,1	6,9	173
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	2,42	0,2	0,1	11,7	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,79	1,7	0,2	11,1	53
Итого		42,86	19,7	8,4	29,7	279
Всего		157,04	65,3	52,4	224,3	1641

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.

Утверждаю

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

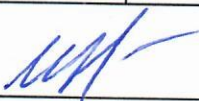
МЕНЮ

30 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	170	15,42	6,4	7,3	24,7	190
ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	10,34	3,5	2,8	10,6	82
БАТОН	20	1,86	1,6	0,6	10,3	54
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	4,54		4,5		41
Итого		32,17	11,5	15,2	45,6	367
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	9,58	0,6	0,1	11,8	50
Итого		9,58	0,6	0,1	11,8	50
Обед						
САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	30	1,55	0,5	1,4	2,3	24
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	15,81	6,5	7,2	16,4	156
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С КУРИНЫМ МЯСОМ	160	19,58	8,7	9,9	27,9	237
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	4,55	0,1	0,1	10,9	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,10	2,3	0,2	14,9	71
Итого		43,58	18,1	18,8	72,4	533
Полдник						
КЕФИР	170	13,39	4,8	4,2	6,6	88
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	30	2,07	2	0,4	12,2	60
Итого		15,46	6,8	4,6	18,8	148
Ужин						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	36,66	17,2	7,1	6,3	159
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	1,11	0,1		6,2	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,43	1,4	0,2	8,8	43
Итого		39,20	18,7	7,3	21,3	229
Всего		139,98	55,7	46	169,9	1327

Медицинская сестра



Щербакова Ю.С.