

Утверждаю

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

# МЕНЮ

27 ноября 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    | 16,15      | 7,4               | 7,4     | 30          | 216                           |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                       | 180    | 10,08      | 3,3               | 2,7     | 10,6        | 81                            |
| БАТОН                                               | 34     | 3,12       | 2,7               | 1       | 17,3        | 90                            |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                    | 5      | 4,17       |                   | 4,1     |             | 37                            |
| Итого                                               |        | 33,51      | 13,4              | 15,2    | 57,9        | 424                           |
| II Завтрак                                          |        |            |                   |         |             |                               |
| СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ                                | 115    | 9,65       | 0,6               | 0,1     | 11,9        | 51                            |
| Итого                                               |        | 9,65       | 0,6               | 0,1     | 11,9        | 51                            |
| Обед                                                |        |            |                   |         |             |                               |
| САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ                | 50     | 2,95       | 0,8               | 2,2     | 4           | 40                            |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/10 | 18,29      | 7,5               | 7,8     | 21,8        | 184                           |
| АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С КУРИНЫМ МЯСОМ                     | 200    | 21,03      | 8,9               | 10,6    | 28,9        | 248                           |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                              | 180    | 3,58       | 0,1               | 0,1     | 11          | 46                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 43     | 3,11       | 3,4               | 0,3     | 22,1        | 104                           |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                         | 25     | 1,78       | 1,7               | 0,2     | 11          | 53                            |
| Итого                                               |        | 50,74      | 22,4              | 21,2    | 98,8        | 675                           |
| Полдник                                             |        |            |                   |         |             |                               |
| КЕФИР                                               | 200    | 15,62      | 5,6               | 4,9     | 7,8         | 102                           |
| СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ                                    | 50     | 3,27       | 3,1               | 0,8     | 19,1        | 95                            |
| Итого                                               |        | 18,89      | 8,7               | 5,7     | 26,9        | 197                           |
| Ужин                                                |        |            |                   |         |             |                               |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ       | 225    | 37,52      | 17,5              | 7,5     | 7           | 167                           |
| ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                           | 200    | 2,55       | 0,2               | 0,1     | 12          | 54                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                         | 25     | 1,78       | 1,7               | 0,2     | 11          | 53                            |
| Итого                                               |        | 41,85      | 19,4              | 7,8     | 30          | 274                           |
| Всего                                               |        | 154,63     | 64,5              | 50      | 225,5       | 1621                          |

Медицинская сестра Щербакова Ю.С.

Утверждаю

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



## МЕНЮ

27 ноября 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                     | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|--------------------------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                        |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                                |       |               |                   |         |             |                                     |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ                                  | 170   | 14,74         | 6,2               | 6,8     | 24,6        | 186                                 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                          | 160   | 10,00         | 3,3               | 2,7     | 10,5        | 80                                  |
| БАТОН                                                  | 20    | 1,83          | 1,6               | 0,6     | 10,2        | 53                                  |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                       | 5     | 4,17          |                   | 4,1     |             | 37                                  |
| Итого                                                  |       | 30,74         | 11,1              | 14,2    | 45,3        | 356                                 |
| II Завтрак                                             |       |               |                   |         |             |                                     |
| СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ                                   | 115   | 9,65          | 0,6               | 0,1     | 11,9        | 51                                  |
| Итого                                                  |       | 9,65          | 0,6               | 0,1     | 11,9        | 51                                  |
| Обед                                                   |       |               |                   |         |             |                                     |
| САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ<br>КАПУСТОЙ                | 30    | 1,70          | 0,5               | 1,3     | 2,5         | 24                                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ<br>БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 160/9 | 15,72         | 6,4               | 7       | 16,5        | 154                                 |
| АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С КУРИНЫМ МЯСОМ                        | 160   | 19,69         | 8,5               | 9,3     | 28,1        | 234                                 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                                 | 150   | 4,31          | 0,1               | 0,1     | 10,8        | 45                                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 30    | 2,17          | 2,3               | 0,2     | 15,4        | 73                                  |
| Итого                                                  |       | 43,58         | 17,8              | 17,9    | 73,3        | 530                                 |
| Полдник                                                |       |               |                   |         |             |                                     |
| КЕФИР                                                  | 170   | 13,28         | 4,8               | 4,1     | 6,6         | 87                                  |
| СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ                                       | 30    | 2,06          | 2                 | 0,4     | 12,2        | 60                                  |
| Итого                                                  |       | 15,34         | 6,8               | 4,5     | 18,8        | 147                                 |
| Ужин                                                   |       |               |                   |         |             |                                     |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С<br>ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ       | 200   | 35,63         | 16,8              | 6,6     | 6,3         | 154                                 |
| ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                              | 180   | 1,17          | 0,1               |         | 6,3         | 28                                  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                            | 20    | 1,42          | 1,4               | 0,2     | 8,8         | 42                                  |
| Итого                                                  |       | 38,22         | 18,3              | 6,8     | 21,4        | 224                                 |
| Всего                                                  |       | 137,53        | 54,6              | 43,5    | 170,7       | 1308                                |

Медицинская сестра Щербакова Ю.С.