

Утверждаю

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

# МЕНЮ

23 января 2026 г.

Сад 12 часов



| Наименование блюда                           | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|----------------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                              |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                      |        |               |                   |         |             |                                     |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА                | 190    | 18,52         | 6,55              | 6,93    | 29,81       | 208,59                              |
| КАКАО С МОЛОКОМ                              | 180    | 13,57         | 3,88              | 3,29    | 11,00       | 89,68                               |
| БАТОН                                        | 35     | 2,21          | 1,49              | 0,58    | 10,20       | 51,99                               |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                             | 5      | 4,13          | 0,05              | 4,03    | 0,07        | 37,45                               |
| Итого                                        |        | 38,44         | 11,97             | 14,83   | 51,08       | 387,71                              |
| II Завтрак                                   |        |               |                   |         |             |                                     |
| СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ                         | 115    | 10,15         | 0,58              | 0,12    | 11,81       | 50,28                               |
| Итого                                        |        | 10,15         | 0,58              | 0,12    | 11,81       | 50,28                               |
| Обед                                         |        |               |                   |         |             |                                     |
| СЛАЙСЫ СВЕКОЛЬНЫЕ                            | 50     | 2,17          | 0,79              | 0,05    | 4,61        | 21,98                               |
| СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/10 | 20,70         | 7,34              | 11,21   | 20,20       | 201,22                              |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                  | 170    | 54,55         | 22,52             | 8,47    | 8,98        | 228,06                              |
| СОУС ТОМАТНЫЙ                                | 30     | 1,67          | 0,50              | 2,76    | 2,67        | 37,78                               |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                  | 180    | 1,59          | 0,00              | 0,00    | 8,49        | 33,92                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 45     | 3,31          | 2,77              | 0,22    | 18,19       | 85,84                               |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 50     | 3,49          | 2,77              | 0,37    | 17,74       | 85,36                               |
| Итого                                        |        | 87,49         | 36,69             | 23,08   | 80,88       | 694,16                              |
| Полдник                                      |        |               |                   |         |             |                                     |
| КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                              | 200    | 21,68         | 5,65              | 4,85    | 21,70       | 153,63                              |
| СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ                             | 50     | 4,03          | 2,93              | 0,73    | 19,54       | 96,48                               |
| Итого                                        |        | 25,71         | 8,58              | 5,58    | 41,24       | 250,11                              |
| Ужин                                         |        |               |                   |         |             |                                     |
| ЯБЛОКО                                       | 170    | 22,81         | 0,76              | 0,76    | 18,52       | 88,84                               |
| МОРКОВЬ ТЕРТАЯ                               | 100    | 3,52          | 1,05              | 1,94    | 7,53        | 52,85                               |
| ПИРОГ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОСЫПКОЙ         | 130    | 11,40         | 7,31              | 8,66    | 42,91       | 278,98                              |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                | 180    | 0,98          | 0,24              | 0,00    | 7,12        | 29,44                               |
| Итого                                        |        | 38,71         | 9,36              | 11,36   | 76,08       | 450,11                              |
| Всего                                        |        | 200,50        | 67,18             | 54,97   | 261,09      | 1 832,37                            |

Медицинская сестра Щербакова Ю.С.



Утверждаю

СП "Детский сад "Чудо-Град" ГБОУ СОШ "ОЦ "Южный город" пос. Придорожный

руководитель  
(Алькина И.В.)

# МЕНЮ

23 января 2026 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 МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА                | 180   | 17,68         | 5,64              | 7,27    | 24,88       | 188,58                              |
| КАКАО С МОЛОКОМ                              | 160   | 12,51         | 3,56              | 3,03    | 10,50       | 83,94                               |
| БАТОН                                        | 20    | 2,21          | 1,49              | 0,58    | 10,20       | 51,99                               |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                             | 5     | 4,14          | 0,05              | 4,03    | 0,07        | 37,45                               |
| Итого                                        |       | 36,55         | 10,74             | 14,91   | 45,65       | 361,96                              |
| II Завтрак                                   |       |               |                   |         |             |                                     |
| СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ                         | 115   | 10,15         | 0,58              | 0,12    | 11,81       | 50,28                               |
| Итого                                        |       | 10,15         | 0,58              | 0,12    | 11,81       | 50,28                               |
| Обед                                         |       |               |                   |         |             |                                     |
| СЛАЙСЫ СВЕКОЛЬНЫЕ                            | 30    | 1,30          | 0,48              | 0,03    | 2,76        | 13,18                               |
| СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 160/9 | 17,95         | 6,60              | 9,46    | 17,71       | 174,83                              |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                  | 160   | 44,08         | 18,55             | 6,10    | 7,18        | 178,90                              |
| СОУС ТОМАТНЫЙ                                | 30    | 1,69          | 0,53              | 1,84    | 2,73        | 30,06                               |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                  | 150   | 1,42          | 0,00              | 0,00    | 7,55        | 30,16                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 20    | 1,89          | 1,58              | 0,13    | 10,39       | 49,04                               |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 30    | 2,62          | 2,08              | 0,28    | 13,31       | 64,04                               |
| Итого                                        |       | 70,95         | 29,82             | 17,84   | 61,63       | 540,21                              |
| Полдник                                      |       |               |                   |         |             |                                     |
| КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                              | 150   | 16,26         | 4,23              | 3,64    | 16,98       | 118,06                              |
| СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ                             | 50    | 4,03          | 2,89              | 0,71    | 19,23       | 94,92                               |
| Итого                                        |       | 20,29         | 7,12              | 4,35    | 36,21       | 212,98                              |
| Ужин                                         |       |               |                   |         |             |                                     |
| ЯБЛОКО                                       | 140   | 18,80         | 0,62              | 0,62    | 15,26       | 73,17                               |
| МОРКОВЬ ТЕРТАЯ                               | 80    | 2,82          | 0,84              | 1,56    | 6,02        | 42,36                               |
| ПИРОГ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОСЫПКОЙ         | 120   | 10,68         | 6,81              | 8,06    | 39,62       | 258,43                              |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                | 180   | 0,86          | 0,19              | 0,00    | 7,03        | 28,84                               |
| Итого                                        |       | 33,16         | 8,46              | 10,24   | 67,93       | 402,80                              |
| Всего                                        |       | 171,10        | 56,72             | 47,46   | 223,23      | 1 568,23                            |

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.