

Утверждаю

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

МЕНЮ 29 января 2026 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	16,48	6,13	6,67	24,25	182,45
ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	11,71	3,26	2,67	10,55	79,64
БАТОН	20	2,25	1,51	0,58	10,37	52,84
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	4,14	0,05	4,03	0,07	37,47
Итого		34,58	10,95	13,95	45,24	352,40
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	10,08	0,58	0,12	11,72	49,89
Итого		10,08	0,58	0,12	11,72	49,89
Обед						
САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	30	1,64	0,44	1,21	2,24	21,86
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	16,79	6,29	6,76	16,32	147,36
АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С КУРИНЫМ МЯСОМ	160	21,72	8,64	9,19	27,98	230,24
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	4,06	0,12	0,12	10,75	45,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,77	2,31	0,19	15,22	71,82
Итого		46,98	17,80	17,47	72,51	516,49
Полдник						
КЕФИР	170	16,58	4,94	4,26	6,81	90,27
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	30	2,54	1,85	0,41	12,22	60,00
Итого		19,12	6,79	4,67	19,03	150,27
Ужин						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	33,10	17,25	6,28	6,21	151,64
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,93	0,10	0,04	6,38	28,18
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,72	1,37	0,18	8,75	42,12
Итого		35,75	18,72	6,50	21,34	221,94
Всего		146,51	54,84	42,71	169,84	1 290,99

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.

Утверждаю

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

руководитель
Алькина И.В./

МЕНЮ 29 января 2026 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	18,08	7,23	7,17	29,50	212,41
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	11,81	3,31	2,67	10,65	80,18
БАТОН	34	3,82	2,57	0,99	17,62	89,83
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	4,13	0,05	4,03	0,07	37,47
Итого		37,85	13,16	14,86	57,84	419,89
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	10,08	0,58	0,12	11,72	49,89
Итого		10,08	0,58	0,12	11,72	49,89
Обед						
САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	50	2,80	0,73	2,04	3,60	35,82
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	19,63	7,34	7,53	21,33	176,62
АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	23,14	8,98	10,25	28,74	244,33
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	3,36	0,09	0,09	11,12	46,26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,96	3,32	0,27	21,81	102,91
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2,15	1,71	0,23	10,94	52,64
Итого		55,04	22,17	20,41	97,54	658,58
Полдник						
КЕФИР	200	19,50	5,81	5,01	8,01	106,20
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	4,03	2,87	0,71	19,23	94,90
Итого		23,53	8,68	5,72	27,24	201,10
Ужин						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	225	34,90	17,90	7,09	6,82	164,31
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	2,01	0,23	0,10	12,24	55,23
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2,15	1,71	0,23	10,94	52,64
Итого		39,06	19,84	7,42	30,00	272,18
Всего		165,56	64,43	48,53	224,34	1 601,64

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.