

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

руководитель  
Придорожный  
Алькина И.В./

30 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 |                                     |
| <b>Завтрак</b>                                                |       |               |                   |         |             |                                     |
| КАША МАННАЯ "ШОКОЛАДКА" МОЛОЧНАЯ                              | 170   | 15,90         | 5,55              | 5,51    | 21,66       | 158,45                              |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                              | 160   | 1,00          | 0,22              | 0,00    | 6,14        | 25,45                               |
| БАТОН                                                         | 30    | 3,36          | 2,26              | 0,87    | 15,50       | 79,03                               |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                              | 5     | 4,11          | 0,04              | 4,01    | 0,07        | 37,26                               |
| Итого                                                         |       | 24,37         | 8,07              | 10,39   | 43,37       | 300,19                              |
| <b>II Завтрак</b>                                             |       |               |                   |         |             |                                     |
| СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ                                          | 115   | 9,76          | 0,56              | 0,11    | 11,35       | 48,30                               |
| Итого                                                         |       | 9,76          | 0,56              | 0,11    | 11,35       | 48,30                               |
| <b>Обед</b>                                                   |       |               |                   |         |             |                                     |
| ИКРА МОРКОВНАЯ                                                | 30    | 1,02          | 0,31              | 0,60    | 1,83        | 14,26                               |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ НА<br>КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 160/8 | 18,74         | 8,39              | 7,84    | 34,44       | 242,50                              |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                                   | 110   | 3,33          | 3,06              | 1,77    | 19,52       | 106,44                              |
| ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                                        | 70    | 38,31         | 15,84             | 5,39    | 1,04        | 135,59                              |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                   | 150   | 1,54          | 0,00              | 0,00    | 6,94        | 27,74                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                | 20    | 1,86          | 1,56              | 0,13    | 10,26       | 48,41                               |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                   | 20    | 1,68          | 1,33              | 0,18    | 8,55        | 41,12                               |
| Итого                                                         |       | 66,48         | 30,49             | 15,91   | 82,58       | 616,06                              |
| <b>Полдник</b>                                                |       |               |                   |         |             |                                     |
| КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                                               | 180   | 16,28         | 4,23              | 3,64    | 18,63       | 124,62                              |
| ПЕЧЕНЬЕ                                                       | 20    | 2,27          | 1,43              | 1,87    | 14,18       | 79,48                               |
| Итого                                                         |       | 18,55         | 5,66              | 5,51    | 32,81       | 204,10                              |
| <b>Ужин</b>                                                   |       |               |                   |         |             |                                     |
| ЯБЛОКО                                                        | 130   | 16,09         | 0,53              | 0,53    | 13,06       | 62,63                               |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО<br>ТЕСТА С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ    | 130   | 26,32         | 12,48             | 11,99   | 44,42       | 336,76                              |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                 | 180   | 11,61         | 3,23              | 2,67    | 10,48       | 79,18                               |
| Итого                                                         |       | 54,02         | 16,24             | 15,19   | 67,96       | 478,57                              |
| Всего                                                         |       | 173,17        | 61,02             | 47,11   | 238,07      | 1 647,22                            |

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.



Утверждаю

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

# МЕНЮ

30 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 МАННАЯ "ШОКОЛАДКА" МОЛОЧНАЯ                              | 190   | 18,22         | 6,43              | 6,63    | 26,67       | 192,30                              |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                              | 180   | 1,17          | 0,28              | 0,00    | 6,42        | 26,80                               |
| БАТОН                                                         | 35    | 3,92          | 2,64              | 1,02    | 18,09       | 92,21                               |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                              | 5     | 4,11          | 0,04              | 4,01    | 0,07        | 37,26                               |
| Итого                                                         |       | 27,43         | 9,39              | 11,66   | 51,25       | 348,57                              |
| II Завтрак                                                    |       |               |                   |         |             |                                     |
| СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ                                          | 115   | 9,76          | 0,56              | 0,11    | 11,35       | 48,30                               |
| Итого                                                         |       | 9,76          | 0,56              | 0,11    | 11,35       | 48,30                               |
| Обед                                                          |       |               |                   |         |             |                                     |
| ИКРА МОРКОВНАЯ                                                | 50    | 1,70          | 0,51              | 1,00    | 3,13        | 24,09                               |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ НА<br>КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/9 | 21,94         | 9,42              | 9,52    | 39,59       | 282,65                              |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                                   | 130   | 6,70          | 4,30              | 4,39    | 27,35       | 166,91                              |
| ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                                        | 70    | 46,84         | 19,32             | 6,74    | 1,02        | 165,96                              |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                   | 180   | 1,83          | 0,00              | 0,00    | 8,92        | 35,68                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                | 30    | 2,80          | 2,34              | 0,19    | 15,38       | 72,60                               |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                   | 25    | 2,10          | 1,67              | 0,22    | 10,68       | 51,40                               |
| Итого                                                         |       | 83,90         | 37,56             | 22,06   | 106,07      | 799,29                              |
| Полдник                                                       |       |               |                   |         |             |                                     |
| КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                                               | 200   | 19,54         | 5,08              | 4,37    | 20,03       | 140,20                              |
| ПЕЧЕНЬЕ                                                       | 50    | 5,68          | 3,58              | 4,67    | 35,47       | 198,81                              |
| Итого                                                         |       | 25,22         | 8,66              | 9,04    | 55,50       | 339,01                              |
| Ужин                                                          |       |               |                   |         |             |                                     |
| ЯБЛОКО                                                        | 170   | 21,03         | 0,70              | 0,70    | 17,08       | 81,90                               |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО<br>ТЕСТА С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ    | 130   | 27,17         | 13,05             | 12,61   | 46,63       | 353,69                              |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                 | 180   | 13,79         | 3,82              | 3,15    | 13,47       | 97,94                               |
| Итого                                                         |       | 61,99         | 17,57             | 16,46   | 77,18       | 533,53                              |
| Всего                                                         |       | 208,29        | 73,74             | 59,33   | 301,35      | 2 068,70                            |

Медицинская сестра

*Щербакова Ю.С.*

Щербакова Ю.С.