

Утверждаю

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



МЕНЮ

5 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120	36,72	16,85	13,99	8,52	230,62
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	3,30	0,72	1,59	3,33	30,69
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,85	0,19	0,00	6,75	27,76
БАТОН	20	2,23	1,50	0,58	10,31	52,56
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	4,08	0,04	3,98	0,07	36,95
Итого		47,17	19,30	20,14	28,98	378,58
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	10,17	0,59	0,12	11,83	50,36
Итого		10,17	0,59	0,12	11,83	50,36
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	30	3,76	0,42	0,96	4,07	27,20
СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/8	16,94	6,36	8,17	23,06	192,00
ПЛОВ С КУРИНЫМ МЯСОМ	160	14,32	8,51	9,53	23,26	213,73
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	1,52	0,00	0,00	8,05	32,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,85	1,54	0,13	10,16	47,93
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,71	1,35	0,18	8,66	41,69
Итого		40,09	18,18	18,97	77,26	554,75
Полдник						
КЕФИР	170	16,87	5,02	4,34	6,94	91,88
БАТОН	20	2,23	1,50	0,58	10,31	52,56
ПОВИДЛО	10	1,68	0,04	0,00	6,35	25,56
Итого		20,79	6,56	4,92	23,60	170,00
Ужин						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	180	49,08	23,78	9,32	2,68	190,40
СОУС ТОМАТНЫЙ	20	1,14	0,48	1,18	2,63	23,13
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,89	0,10	0,04	6,38	28,06
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,71	1,35	0,18	8,66	41,69
Итого		52,82	25,71	10,72	20,35	283,28
Всего		171,04	70,34	54,87	162,02	1 436,97

Медицинская сестра Щербакова Ю.С.

СП "Детский сад "Чудо-Град" БОУ СОШ "ОП" Южнинского района Самарской области
 Директор: Алькина И.В.



Утверждаю

Сад 12 часов

5 марта 2026 г.

МЕНЮ

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	41,90	21,02	14,21	13,72	270,73
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	4,35	0,93	2,18	4,57	41,96
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,99	0,24	0,00	7,54	31,12
БАТОН	25	2,79	1,88	0,73	12,89	65,70
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	4,08	0,04	3,98	0,07	36,95
Итого		54,10	24,11	21,10	38,79	446,46

II Завтрак

СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	10,17	0,59	0,12	11,83	50,36
Итого		10,17	0,59	0,12	11,83	50,36

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	50	3,94	0,63	1,57	4,97	36,91
СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	19,14	6,88	10,01	25,14	219,07
ПЛОВ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	16,52	10,74	10,96	37,16	291,30
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,58	0,00	0,00	9,05	36,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,77	2,32	0,19	15,23	71,87
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2,13	1,69	0,22	10,83	52,09
Итого		46,07	22,26	22,95	102,38	707,43

Полдник

КЕФИР	215	21,34	6,35	5,48	8,77	116,20
БАТОН	25	2,79	1,88	0,73	12,89	65,70
ПОВИДЛО	15	2,53	0,06	0,00	9,54	38,36
Итого		26,66	8,29	6,21	31,20	220,26

Ужин

РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	180	52,47	25,16	10,50	5,85	219,42
СОУС ТОМАТНЫЙ	50	1,61	0,47	2,88	2,50	38,00
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	1,53	0,16	0,07	11,29	49,39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2,13	1,69	0,22	10,83	52,09
Итого		57,74	27,48	13,67	30,47	358,90
Всего		194,75	82,73	64,05	214,67	1783,41

Медицинская сестра Щербаква Ю.С.