

Утверждаю

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

руководитель

Алькина И.В./

МЕНЮ

30 июля 2026 г.

Ясли 12 часов



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	170	14,34	6,01	6,87	19,25	163,68
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	11,26	3,71	3,00	11,05	86,39
БАТОН	30	2,70	2,34	0,90	15,33	78,60
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	4,91	0,05	4,83	0,08	44,88
Итого		33,21	12,11	15,60	45,71	373,55
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	9,30	0,58	0,12	11,72	49,88
Итого		9,30	0,58	0,12	11,72	49,88
Обед						
САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	2,69	0,67	2,09	3,44	35,50
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/7	15,16	5,79	8,84	12,57	153,97
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	10,67	3,02	4,12	21,38	138,10
КУРЫ ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	60	10,88	5,42	6,47	3,19	94,76
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	1,56	0,00	0,00	7,98	31,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,84	1,98	0,16	13,05	57,39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,37	1,32	0,18	8,48	40,79
Итого		44,17	18,20	21,86	70,09	552,43
Полдник						
КЕФИР	170	13,51	4,93	4,25	7,82	91,80
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	30	2,00	2,78	0,60	15,98	91,27
Итого		15,50	7,71	4,85	23,80	183,07
Ужин						
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С ОВОЩАМИ ЗАПЕЧЕННЫЕ	200	44,21	20,43	6,43	6,25	166,10
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЯБЛОКОМ	180	4,34	0,27	0,11	12,28	47,19
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,37	1,32	0,18	8,48	40,79
Итого		49,92	22,02	6,72	27,01	254,08
Всего		152,11	60,62	49,15	178,33	1 413,01

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.

Ш "ОЦ "Южный город" по

/Алькина И.В./

МЕНЮ

30 июля 2026 г.

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	190	15,92	7,17	7,42	25,32	197,52
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	12,51	4,06	3,25	13,86	101,31
БАТОН	35	3,24	2,81	1,08	18,40	94,32
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	4,91	0,05	4,83	0,08	44,88
Итого		36,59	14,09	16,58	57,66	438,03
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	9,62	0,60	0,12	12,12	61,60
Итого		9,62	0,60	0,12	12,12	61,60
Обед						
САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	2,87	0,74	2,10	3,85	37,57
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	18,49	7,10	9,57	20,23	198,31
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	13,02	3,98	4,39	28,42	173,44
КУРЫ ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	70	12,11	5,81	8,70	3,82	130,12
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,95	0,00	0,00	9,98	39,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,25	3,51	0,29	23,08	101,54
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,37	1,32	0,18	8,48	40,79
Итого		53,07	22,46	25,23	97,86	721,67
Полдник						
КЕФИР	200	15,89	5,80	5,00	9,20	108,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,27	4,55	0,98	26,15	149,50
Итого		19,16	10,35	5,98	35,35	257,50
Ужин						
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С ОВОЩАМИ ЗАПЕЧЕННЫЕ	220	51,54	23,47	6,37	7,19	191,85
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЯБЛОКОМ	200	6,07	0,38	0,15	18,69	72,22
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,06	1,99	0,26	12,72	61,19
Итого		59,67	25,84	6,78	38,60	325,26
Всего		178,12	73,34	54,69	241,59	1 804,06



Щербакова Ю.С.