

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнышко" корпус №2
ГБОУ СОШ №31 г. Стройкерамика
Ключникова Д.Д.



МЕНЮ

4 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	152	9,08	11,72	2,72	152,87
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/7	4,13	7,57	16,02	149,19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,25	3,39	9,45	82,07
Итого		16,46	22,68	28,19	384,13
II Завтрак					
СОК	200	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого		1,00	0,20	19,80	86,00
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	32	0,48	0,95	2,79	21,89
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	201	6,88	8,30	18,40	183,56
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	200	13,66	15,06	23,99	286,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,77	0,37	17,73	85,29
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,92	31,67
Итого		23,79	24,68	70,83	609,02
Полдник					
ПРЯНИК	20	1,18	0,94	15,00	73,20
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	181	0,07	0,02	10,22	41,60
ЯБЛОКО	87	0,37	0,37	9,05	43,40
Итого		1,62	1,33	34,27	158,20
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	93	15,31	4,97	4,96	125,99
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	152	3,49	4,20	12,18	102,21
ХЛЕБ	32	2,43	0,20	15,97	75,35
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	3,67	14,94
Итого		21,30	9,37	36,78	318,49
Всего		64,17	58,26	189,87	1 555,84
Стоимость 141,88					

Медицинская сестра Геращенко Г.Г. Геращенко Г.Г.

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнышко" корпус №1
ГБОУ СОШ №1 г.г. Стройкерамика
Ключников Г.Н.



МЕНЮ

4 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	151	9,15	12,35	3,18	160,97
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	21/7/10	4,54	10,14	11,95	157,90
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,36	3,44	11,14	89,89
Итого		17,05	25,93	26,27	408,76
II Завтрак					
СОК	200	1,00	0,20	20,20	86,00
Итого		1,00	0,20	20,20	86,00
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	53	0,78	2,81	4,52	46,81
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	7,17	8,07	19,33	186,81
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	200	15,60	16,47	31,56	337,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	52	3,42	0,45	21,90	105,38
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70
Итого		26,97	27,80	86,99	714,90
Полдник					
ПРЯНИКИ	40	2,38	1,90	30,28	147,75
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,08	0,02	14,76	59,85
ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,33	44,74
Итого		2,84	2,30	54,37	252,34
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	13,53	3,50	5,58	108,19
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	153	3,56	5,06	12,26	110,91
ХЛЕБ	63	4,83	0,39	31,78	149,99
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,15	16,97
Итого		22,02	8,95	53,77	386,06
Всего		69,88	65,18	241,60	1 848,06
Стоимость 178,32					

Медицинская сестра

Г.Г. Герасимчук

Герасимчук Г.Г.

Утверждаю

руководитель СП "Детский сад" Солышко (2 корпус)
ГБОУ СОШ №1 г. Стройкерашика
Ключникова Т.Н.



МЕНЮ

4 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	9,01	12,80	2,96	163,55
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/7/10	4,54	9,18	14,74	160,35
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,38	3,45	11,25	90,46
Итого		16,93	25,43	28,95	414,36
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	203	0,90	0,18	18,14	77,24
Итого		0,90	0,18	18,14	77,24
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	56	0,77	1,36	4,48	33,70
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	210	7,35	8,32	20,48	191,51
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	210	13,81	15,00	31,57	316,89
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	44	2,94	0,39	18,84	90,65
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	8,79	35,12
Итого		24,87	25,07	84,16	667,87
Полдник					
ПРЯНИКИ	41	2,33	1,85	29,64	144,64
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,06	0,01	16,84	67,97
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	89	0,32	0,32	7,75	37,16
Итого		2,71	2,18	54,23	249,77
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	65	11,84	3,54	5,36	100,97
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	155	3,43	5,77	12,14	156,13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,70	0,30	24,35	114,90
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,51	18,40
Итого		19,07	9,61	46,36	400,40
Всего		64,48	62,47	231,84	1 809,64
Стоимость 162,04					

Медицинская сестра

Мед.

Зуева М.В

Согласовано

руководитель СП "Детский сад "Солнышко" (3 копия)
ГБОУ СОШ №1 г.г. Стройкерамика
Ключникова Н.Н.



МЕНЮ

4 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	9,1	11,4	2,7	150
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/5/10	3,2	8,3	10,1	130
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,6	2,5	9,1	70
Итого		14,9	22,2	21,9	350
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	188	1	0,2	19,5	85
Итого		1	0,2	19,5	85
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	31	0,4	0,8	2,4	18
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	6,6	8,3	16,6	170
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	195	12,4	13,8	27,9	286
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,6	0,3	16,7	80
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			7,1	28
Итого		22	23,2	70,7	582
Полдник					
ПРЯНИКИ	21	1,2	1	15,5	76
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		16,6	67
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	91	0,3	0,3	7,6	36
Итого		1,6	1,3	39,7	179
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	95	9,5	2,7	5,5	84
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	155	3,2	3,6	10,7	91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,8	19
Итого		15,9	6,5	41,1	289
Всего		55,4	53,4	192,9	1485
Стоимость 140,16					

Медицинская сестра

Медс.

Зуева М.В

Согласовано

руководитель СП "Детский сад" Солышко (Зергус)
ГБОУ СОШ №11 т. Стройкерамика
Ключикова Н.Н.



МЕНЮ

4 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	9,2	12,9	3,2	167
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/15/7	4,3	11	15,1	176
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	3,2	10,9	85
Итого		16,7	27,1	29,2	428
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	187	1	0,2	19,5	85
Итого		1	0,2	19,5	85
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	51	0,7	1,3	4,1	31
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	210	7	8,2	19,2	183
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	215	13,8	15	31,6	316
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,3	0,4	20,8	100
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			8,7	35
Итого		24,8	24,9	84,4	665
Полдник					
ПРЯНИКИ	41	2,3	1,8	29,6	144
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1		16,6	67
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	91	0,3	0,3	8	38
Итого		2,7	2,1	54,2	249
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	105	10,6	3	6,1	94
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	185	3,7	6,4	12,7	125
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25	138
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		4,6	19
Итого		18,2	9,7	48,4	386
Всего		63,4	64	235,7	1813
Стоимость 161,07					

Медицинская сестра Зуева М.В.