

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солышко" корпус №1

ГБОУ СОШ № 1 в г.т. Стройкерамика

Ключникова И.И.



МЕНЮ

5 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	8,86	12,08	2,71	155,30
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/6/5	2,72	5,73	10,08	103,08
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,23	3,33	10,16	84,28
Итого		14,81	21,14	22,95	342,66
II Завтрак					
ЯБЛОКО	104	0,41	0,41	9,91	47,56
Итого		0,41	0,41	9,91	47,56
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,44	0,75	2,53	18,88
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	6,78	7,60	17,84	208,61
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	70	9,03	1,20	11,12	91,37
СОУС ОВОЩНОЙ	30	0,71	2,15	3,95	38,26
РИС ОТВАРНОЙ	120	1,89	3,13	19,81	114,93
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,51	0,33	16,05	77,21
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,60	30,41
Итого		21,36	15,16	78,90	579,67
Полдник					
СНЕЖОК	191	6,31	4,65	10,21	113,27
ПРЯНИК	20	1,18	0,94	15,00	73,20
Итого		7,49	5,59	25,21	186,47
Ужин					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,67	8,80	18,96	190,79
ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	4,32	17,62
Итого		7,29	8,92	33,32	255,77
Всего		51,36	51,22	170,29	1 412,13
Стоимость 161,12					

Медицинская сестра

Г. Герасимчук

Герасимчук Г.Г.

Согласовано

руководитель СП "Детский сад "Солнышко" (3 группы)
ГБОУ СО ДНСи г.т. Стройкерамика
(Ключикова Н.И.)



МЕНЮ

5 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	9,5	12,3	3,2	162
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/15/7	4,5	8,7	14,2	154
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	3,2	11,1	86
Итого		17,2	24,2	28,5	402
II Завтрак					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	135	0,5	0,5	11,7	56
Итого		0,5	0,5	11,7	56
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	50	0,7	1,5	4	32
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	205	8,9	9,8	21,3	215
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	90	13,1	1,4	12,6	216
СОУС ОВОЩНОЙ	60	0,9	2	5,7	45
РИС ОТВАРНОЙ	130	2,3	3,3	24,8	139
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,2	0,4	20,3	98
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			8,7	35
Итого		29,1	18,4	97,4	780
Полдник					
ПРЯНИКИ	50	1,7	1,4	21,8	107
СНЕЖОК	200	6,8	5	11	122
Итого		8,5	6,4	32,8	229
Ужин					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	202	7	9,3	25,2	212
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,6	0,3	23,4	110
ЧАЙ С САХАРОМ	201	0,1		4,7	19
Итого		10,7	9,6	53,3	341
Всего		66	59,1	223,7	1808
Стоимость 192,55					

Медицинская сестра

Зуева М.В