



Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнышко" корпус №1  
ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Стройкерамика  
Ключникова Н.Н./

**МЕНЮ**  
**10 июля 2025 г.**

**Ясли 12 часов**

| Наименование блюда                                  | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                             |       |                   |         |             |                               |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                   | 151   | 8,97              | 11,60   | 2,70        | 251,40                        |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                  | 20/5  | 1,55              | 4,03    | 10,08       | 82,79                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                    | 180   | 2,99              | 3,07    | 9,18        | 77,08                         |
| Итого                                               |       | 13,51             | 18,70   | 21,96       | 411,27                        |
| II Завтрак                                          |       |                   |         |             |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                        | 107   | 0,50              | 0,10    | 9,88        | 42,90                         |
| Итого                                               |       | 0,50              | 0,10    | 9,88        | 42,90                         |
| Обед                                                |       |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                     | 31    | 0,49              | 2,58    | 2,83        | 36,46                         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ | 159   | 4,30              | 4,62    | 11,64       | 306,95                        |
| ГУЛЯШ ИЗ СЕРДЦА                                     | 72    | 10,33             | 3,19    | 4,73        | 89,53                         |
| КАША ЯЧНЕВАЯ                                        | 120   | 2,70              | 3,72    | 17,55       | 114,41                        |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                | 38    | 2,54              | 0,34    | 16,29       | 78,36                         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                               | 150   | 0,00              | 0,00    | 6,11        | 24,44                         |
| Итого                                               |       | 20,36             | 14,45   | 59,15       | 650,15                        |
| Полдник                                             |       |                   |         |             |                               |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ МОЛОЧНАЯ                           | 64    | 5,55              | 6,52    | 31,89       | 208,30                        |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                    | 150   | 0,35              | 0,02    | 9,50        | 39,83                         |
| Итого                                               |       | 5,90              | 6,54    | 41,39       | 248,13                        |
| Ужин                                                |       |                   |         |             |                               |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                     | 189   | 3,95              | 4,42    | 13,74       | 112,74                        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 40    | 3,05              | 0,25    | 20,07       | 94,73                         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 180   | 0,08              | 0,00    | 3,74        | 15,27                         |
| Итого                                               |       | 7,08              | 4,67    | 37,55       | 222,74                        |
| Всего                                               |       | 47,35             | 44,46   | 169,93      | 1 575,19                      |
| Стоимость 129 рублей и 72 коп.                      |       |                   |         |             |                               |

Медицинская сестра Зуева М.В.



# MEHIO

**10 июля 2025 г.**

**Сад 12 часов**

| Наименование блюда                                  | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>                                      |       |                   |         |             |                               |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                   | 167   | 8,84              | 11,39   | 2,69        | 249,06                        |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                  | 30/5  | 2,32              | 4,06    | 15,15       | 106,40                        |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                    | 200   | 3,02              | 3,07    | 10,33       | 81,84                         |
| Итого                                               |       | 14,18             | 18,52   | 28,17       | 437,30                        |
| <b>II Завтрак</b>                                   |       |                   |         |             |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                        | 112   | 0,56              | 0,11    | 11,31       | 48,13                         |
| Итого                                               |       | 0,56              | 0,11    | 11,31       | 48,13                         |
| <b>Обед</b>                                         |       |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                     | 52    | 0,80              | 2,32    | 4,68        | 42,80                         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ | 186   | 4,44              | 5,50    | 12,77       | 220,43                        |
| ГУЛЯШ ИЗ СЕРДЦА                                     | 84    | 12,04             | 4,11    | 5,35        | 207,25                        |
| КАША ЯЧНЕВАЯ                                        | 130   | 2,22              | 2,58    | 14,46       | 89,84                         |
| ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ                               | 48    | 3,15              | 0,42    | 20,20       | 97,19                         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                               | 180   | 0,00              | 0,00    | 8,20        | 32,78                         |
| Итого                                               |       | 22,65             | 14,93   | 65,66       | 790,29                        |
| <b>Полдник</b>                                      |       |                   |         |             |                               |
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ МОЛОЧНАЯ                           | 64    | 6,79              | 8,27    | 38,89       | 257,14                        |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                    | 185   | 0,46              | 0,03    | 10,76       | 45,49                         |
| Итого                                               |       | 7,25              | 8,30    | 49,65       | 302,63                        |
| <b>Ужин</b>                                         |       |                   |         |             |                               |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                     | 210   | 4,58              | 6,34    | 15,90       | 141,77                        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 50    | 3,82              | 0,31    | 25,14       | 118,65                        |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 200   | 0,10              | 0,00    | 4,74        | 19,37                         |
| Итого                                               |       | 8,50              | 6,65    | 45,78       | 279,79                        |
| Всего                                               |       | 53,14             | 48,51   | 200,57      | 1 858,14                      |
| <b>Стоимость 141 рубль и 72 коп.</b>                |       |                   |         |             |                               |

Медицинская сестра

Зуева М.В.