

Утверждено

Руководитель СП Детский сад № 1 "Слинышко" корп. №  
ГБОУ СОШ № 111 г.г. Стройки ЗИМК  
*Б. Ключникова Н.Н.*



**МЕНЮ**  
**12 января 2026 г.**

**Ясли 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,29	6,72	23,18	174,72
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	17/5	1,25	4,23	8,07	75,29
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,21	3,32	9,79	82,72
Итого		9,75	14,27	41,04	332,73
<b>II Завтрак</b>					
СОК	192	0,95	0,19	19,11	81,33
Итого		0,95	0,19	19,11	81,33
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	32	0,46	2,94	2,69	38,99
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ТУШЕНКОЙ	181	10,34	7,50	23,14	201,42
КАША ЯЧНЕВАЯ	120	1,96	3,45	12,72	89,74
СОУС ОВОЩНОЙ	33	1,00	2,04	5,77	45,85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,44	0,20	16,06	75,78
Итого		16,20	16,13	68,12	482,74
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	60	6,66	7,45	41,06	257,79
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	181	0,07	0,02	10,19	41,45
Итого		6,73	7,47	51,25	299,24
<b>Ужин</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	99	3,22	2,79	20,54	120,13
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	35	0,67	3,13	2,71	41,83
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	4,03	16,44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,44	0,2	16,06	75,78
Итого			10,52	27,58	317,18
Всего		42,70	48,58	207,10	1 437,44
Стоимость 107,97					

Медицинская сестра Герасимчук Г.Г.

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнечко" корпус №1  
ГБОУ СОШ № 244 "Строикерамика"

*Членова Ключникова Наталия*



**МЕНЮ**  
**12 января 2026 г.**

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,23	8,04	27,42	207,47
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	1,87	5,81	12,18	108,62
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,31	3,40	11,13	89,15
Итого		11,41	17,25	50,73	405,24
<b>II Завтрак</b>					
СОК	195	0,98	0,20	19,70	83,85
Итого		0,98	0,20	19,70	83,85
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	52	0,75	3,67	4,37	53,41
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ТУШЕНКОЙ	202	11,09	6,77	26,35	260,05
КАША ЯЧНЕВАЯ	151	3,40	4,50	22,07	142,25
СОУС ОВОЩНОЙ	54	1,73	3,06	9,85	74,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,07	0,25	20,22	95,44
Итого		20,04	18,25	92,54	664,64
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	7,37	8,95	44,57	288,16
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	201	0,08	0,02	14,78	59,96
Итого		7,45	8,97	59,35	348,12
<b>Ужин</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	131	4,32	3,72	27,59	161,36
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	47	0,89	4,16	3,60	58,59
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,10	16,82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,07	0,35	21,22	105,44
Итого		10,41	12,48	35,59	404,77
Всего		50,29	57,15	257,91	1 906,62
Стоимость 122,66					

Медицинская сестра *Герасимчук Г.Г.* Герасимчук Г.Г.

Утверждат

руководитель СП "Детский сад" Солнышко (2 флаг)  
ГБОУ СОШ №1 г. Стройка Гришина



MEHIO

12 января 2026 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	190	5,86	7,68	23,05	185,35
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,12	4,21	13,87	101,89
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,89	2,94	10,23	79,65
Итого		10,87	14,83	47,15	366,89
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	201	0,89	0,17	17,99	76,61
Итого		0,89	0,17	17,99	76,61
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	75	0,89	5,16	5,23	70,81
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ТУШЕНКОЙ	220	9,58	7,79	23,83	204,15
СОУС ОВОЩНОЙ	40	1,09	2,09	6,33	49,03
КАША ЯЧНЕВАЯ	150	3,36	3,21	21,85	129,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,24	0,43	20,76	99,90
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	8,50	33,97
Итого		18,16	18,68	86,50	587,45
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6,79	9,44	40,79	275,31
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,06	0,01	15,89	64,14
Итого		6,85	9,45	56,68	339,45
<b>Ужин</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	3,73	3,71	23,76	243,36
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	51	0,89	4,18	3,62	65,95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,50	0,28	23,04	108,74
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,55	18,60
Итого		8,22	8,17	54,97	436,65
Всего		44,99	51,30	263,29	1 807,05
Стоимость 107,07					

Медицинская сестра Зуева М.В.

Согласовано

руководитель СП "Детский сад" Солнышко (З-Форус)  
ГБОУ СО ЦНП1, г.г Стройкварталка



MEHIO

12 января 2026 г.

## **Ясли 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,1	4,7	16,9	127
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,5	4,7	10	89
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,9	3	10	80
Итого		8,5	12,4	36,9	296
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	148	0,8	0,2	14,8	64
Итого		0,8	0,2	14,8	64
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,6	3,3	3,5	47
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ТУШЕНКОЙ	215	8,9	6,3	20,7	176
СОУС ОВОЩНОЙ	45	1,2	2,2	6,9	53
КАША ЯЧНЕВАЯ	125	2,7	4	17,5	116
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	41	2,7	0,4	17,4	84
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			7,6	30
Итого		16,1	16,2	73,6	506
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	55	5,6	7,8	33,6	228
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		15,9	64
Итого		5,7	7,8	49,5	292
<b>Ужин</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	147	3,7	2,1	23,6	129
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	34	0,6	2,8	2,4	38
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3	0,2	19,5	92
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,5	18
Итого		7,4	5,1	50	277
Всего		38,5	41,7	224,8	1435
Стоимость 90,30					

## Медицинская сестра

Зуева М.В

Согласовано

руководитель СП "Детский сад" Софьишико (Зуборус)  
ГБОУ СОШ №15, г.г. Строителей  
/Ключникова Н.Н.



**МЕНЮ**  
**12 января 2026 г.**

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	175	4,7	6,6	19,3	156
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,2	5,3	14,8	116
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	3	10,5	81
Итого		9,8	14,9	44,6	353
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	197	1	0,2	19,9	86
Итого		1	0,2	19,9	86
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	85	1	5,2	5,7	74
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ТУШЕНКОЙ	240	9,5	7,2	23,9	199
СОУС ОВОЩНОЙ	45	1,2	2	6,7	50
КАША ЯЧНЕВАЯ	135	2,9	4,3	18,8	126
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	52	3,4	0,5	22,1	106
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			8,7	35
Итого		18	19,2	85,9	590
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6,8	9,9	41,1	281
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1		16,1	65
Итого		6,9	9,9	57,2	346
<b>Ужин</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,2	4	26,7	259
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	53	0,8	3,6	3,1	48
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,8	0,3	24,7	117
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		4,7	19
Итого		8,9	7,9	59,2	443
Всего		44,6	52,1	266,8	1818
Стоимость 106,80					

Медицинская сестра

Зуева М.В.