

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Молочко" корпус 1
ГБОУ СОШ № 177 "Строикерам" *Герасимчук Г.Г.*



МЕНЮ
15 января 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,94	8,73	19,85	183,01
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/9/5	3,55	7,16	9,69	117,91
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,43	3,53	10,11	86,88
Итого		12,92	19,42	39,65	387,80
II Завтрак					
СНЕЖОК	108	3,66	2,69	5,92	65,69
Итого		3,66	2,69	5,92	65,69
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	31	0,46	0,82	2,68	20,07
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	5,01	6,13	18,86	154,97
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	180	9,22	10,60	26,20	237,65
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,45	29,77
Итого		17,34	17,90	72,15	524,04
Полдник					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ МОЛОЧНАЯ	66	6,49	7,39	39,66	251,09
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	181	0,07	0,02	10,10	41,19
Итого		6,56	7,41	49,76	292,28
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	8,09	1,90	4,05	65,72
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,90	7,45	13,90	140,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,99	0,24	19,69	92,91
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	3,88	15,81
Итого		15,06	9,59	41,52	314,65
Всего		55,54	57,01	209,00	1 584,46
Стоимость 140,45					

Медицинская сестра Герасимчук Г.Г.

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад СОЛНЦЫШКО № 11
ГБОУ СОШ № 141 п.г. Стройкерамика
Ключникова Е.Н.



МЕНЮ
15 января 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,97	10,24	26,73	232,34
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/15/7	4,49	8,32	14,75	152,49
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,51	3,61	11,52	93,41
Итого		15,97	22,17	53,00	478,24
II Завтрак					
СНЕЖОК	108	3,68	2,70	5,95	65,98
Итого		3,68	2,70	5,95	65,98
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	50	0,74	2,98	4,33	47,42
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	4,98	7,94	18,69	170,87
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	200	10,72	11,61	33,96	283,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,30	0,44	21,11	101,56
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,78	39,10
Итого		19,74	22,97	87,87	642,54
Полдник					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ МОЛОЧНАЯ	66	7,86	8,45	43,91	283,08
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,08	0,02	14,33	58,11
Итого		7,94	8,47	58,24	341,19
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	65	8,41	3,03	5,28	82,11
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4,02	2,45	13,42	94,37
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,71	0,30	24,42	115,27
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,15	17,00
Итого		16,24	5,78	47,27	308,75
Всего		63,57	62,09	252,33	1 836,70
Стоимость 152,09					

Медицинская сестра Герасимчук Г.Г.

Утверждан

руководитель СП"Детский сад" Солнышко (2 коттс)

ГБОУ СОШ № 11 г.г. Струйкер-Мика

Ключникова Н.Н/



MEHIO

15 января 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,26	9,83	23,91	214,61
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/7/15	4,73	7,42	14,15	142,96
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,06	3,12	10,66	83,83
Итого		15,05	20,37	48,72	441,40
II Завтрак					
СНЕЖОК	203	6,91	5,08	11,17	123,91
Итого		6,91	5,08	11,17	123,91
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	45	0,50	2,19	2,98	33,96
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	195	5,48	7,66	19,06	171,26
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	190	10,68	11,84	31,38	275,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,10	0,41	19,87	95,61
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	8,77	35,08
Итого		19,76	22,10	82,06	611,11
Полдник					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ МОЛОЧНАЯ	65	6,73	9,40	39,29	268,54
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,06	0,01	16,70	67,47
Итого		6,79	9,41	55,99	336,01
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	95	18,30	3,58	5,22	126,63
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	145	3,19	4,45	11,41	100,26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,58	0,29	23,52	111,01
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	5,04	20,55
Итого		25,17	8,32	45,19	358,45
Всего		73,68	65,28	243,13	1 870,88
Стоимость 161,09					

Медицинская сестра Зуева М.В. Зуева М.В.

Согласовано

руководитель СП "Детский сад

Сонышико (3 костюм)

ГБОУ СОШ № 1177 Муниципального района г. Наро-Фоминска

Григорьев



МЕНЮ

15 января 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,6	7,1	16,7	151
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/5/10	4,1	7	10,3	122
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,1	3,2	9,3	79
Итого		11,8	17,3	36,3	352
II Завтрак					
СНЕЖОК	164	5,6	4,1	9	100
Итого		5,6	4,1	9	100
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	35	0,5	1,3	2,6	24
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	5,3	6,7	19,6	164
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	170	8,8	9,9	27,7	237
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	41	2,7	0,4	17,5	84
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			7,3	29
Итого		17,3	18,3	74,7	538
Полдник					
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ ДОМАШНЯЯ	55	5,8	8,2	31,7	223
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		17,1	69
Итого		5,9	8,2	48,8	292
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	75	8,3	2,6	5,3	77
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	155	3,2	2,9	10,6	84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,1	21
Итого		14,7	5,7	41,1	277
Всего		55,3	53,6	209,9	1559
Стоимость 135,25					

Медицинская сестра

Зуева М.В

Согласовано

руководитель СП "Детский сад № 305 "Софья Николаевна Ключникова (3 корп.)
ГБОУ СОШ № 1511 "П.И.Л. Стройкера" А.Н.



МЕНЮ
15 января 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,3	10,5	24,2	223
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/7/15	5	8,5	14	153
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	3,2	10,9	86
Итого		15,5	22,2	49,1	462
II Завтрак					
СНЕЖОК	182	6,2	4,6	10	111
Итого		6,2	4,6	10	111
Обед					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	55	0,7	2,3	3,8	39
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	5,3	7,4	20	171
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	185	9,9	11	31,8	266
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	52	3,4	0,5	21,9	105
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			8,6	35
Итого		19,3	21,2	86,1	616
Полдник					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ МОЛОЧНАЯ	65	6,8	9,8	39,4	272
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1		17,2	69
Итого		6,9	9,8	56,6	341
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	85	9,4	2,1	6,1	82
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3	4,5	10,6	97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25	118
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5,1	21
Итого		16,3	6,9	46,8	318
Всего		64,2	64,7	248,6	1848
Стоимость 158,82					

Медицинская сестра Зуева М.В.