

Утверждаю

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



# МЕНЮ

19 января 2026 г.

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ГЕРКУЛЕСОВЫЙ	150	4,85	7,28	16,75	152,85
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	19/6/5	2,62	5,75	9,24	99,52
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,19	3,34	9,81	82,84
Итого		10,66	16,37	35,80	335,21
II Завтрак					
СОК	200	0,97	0,19	19,59	83,42
Итого		0,97	0,19	19,59	83,42
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	32	0,47	3,26	2,73	42,05
ЩИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	5,58	6,84	16,80	156,37
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	60	9,30	10,29	4,88	149,09
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	120	2,36	3,90	14,86	103,90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,81	0,37	18,02	86,68
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,07	32,25
Итого		20,52	24,66	65,36	570,34
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	59	6,56	7,26	40,85	254,74
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150	0,06	0,01	9,29	37,76
Итого		6,62	7,27	50,14	292,50
Ужин					
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	4,42	4,77	21,45	148,37
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,80	0,23	18,40	86,83
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	4,21	17,13
Итого		7,30	5,00	44,06	252,33
Всего		46,07	53,49	214,95	1 533,80
Стоимость 115,22					

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

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнышко" корпус №1  
ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Стройкерска  
Илючников И.Н.



# МЕНЮ

19 января 2026 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ГЕРКУЛЕСОВЫЙ	200	6,01	8,71	20,74	186,63
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	28/5/9	3,92	6,83	12,23	126,65
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,30	3,40	11,11	89,15
Итого		13,23	18,94	44,08	402,43
II Завтрак					
СОК	200	1,00	0,20	20,20	86,00
Итого		1,00	0,20	20,20	86,00
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	52	0,77	3,90	4,47	56,01
ЩИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	5,59	6,64	16,93	155,41
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	68	9,42	10,65	5,43	155,35
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	135	3,31	3,21	20,95	125,79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	53	3,48	0,46	22,29	107,24
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70
Итого		22,57	24,86	79,75	638,50
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	7,36	8,73	44,60	286,19
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,08	0,02	14,58	59,15
Итого		7,44	8,75	59,18	345,34
Ужин					
РАГУ ОВОЩНОЕ	200	5,91	5,90	31,69	205,63
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,51	0,29	23,09	108,99
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,05	16,60
Итого		9,52	6,19	58,83	331,22
Всего		53,76	58,94	262,04	1 803,49
Стоимость 131,62					

Медицинская сестра Гераимчук Г.Г.

Утверждаю

руководитель СП "Детский сад" Солнышко (З. Жорлис)  
ГБОУ СОШ №11 г.т. Стройкерамита  
/Ключникова Н. И/



# МЕНЮ

19 января 2026 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ "ГЕРКУЛЕСОВЫЙ" ЖИДКИЙ	200	5,24	7,50	18,67	164,05
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,21	3,93	14,46	102,03
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,30	4,51	12,16	107,66
Итого		11,75	15,94	45,29	373,74
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	199	0,88	0,17	17,81	75,83
Итого		0,88	0,17	17,81	75,83
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,80	5,14	4,66	67,99
ЩИ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	6,74	8,07	18,65	179,46
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	75	11,54	12,75	5,67	183,62
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,19	3,68	20,18	126,45
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	44	2,89	0,38	18,50	89,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70
Итого		25,16	30,02	77,34	685,22
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	7,99	9,61	47,90	309,92
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,06	0,01	16,71	67,52
Итого		8,05	9,62	64,61	377,44
Ужин					
РАГУ ОВОЩНОЕ	205	5,57	6,25	29,18	197,45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,63	0,30	23,90	112,81
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,60	18,81
Итого		9,30	6,55	57,68	329,07
Всего		55,14	62,30	262,73	1 841,30
Стоимость 131,77					

Медицинская сестра Мед Зуева М.В

гласно

токий сад" Солнышко" (З-ко

О.С.Ш. №11 г.г. Стройгера

Ульяникова

ГБОУ СОШ №1п.г.г Стройкерамика  
/Ключников Н.Н/

**19 январа 2026 г.**

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ "ГЕРКУЛЕСОВЫЙ" ЖИДКИЙ	150	3,9	5,4	13	117
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,5	3,6	9,7	78
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,6	3,8	10,8	93
Итого		9	12,8	33,5	288
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	146	0,8	0,2	14,8	64
Итого		0,8	0,2	14,8	64
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	31	0,5	2,9	2,6	38
ЩИ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	5,8	6,1	17,3	251
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	55	9	9,8	4,7	144
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	115	2,6	2,3	16,4	97
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	36	1,7	0,2	10,9	52
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30
Итого		19,6	21,3	59,5	612
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	60	5,8	8	34	230
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		16,4	66
Итого		5,9	8	50,4	296
Ужин					
РАГУ ОВОЩНОЕ	185	3,6	3	17,9	114
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3	0,2	19,7	93
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,4	18
Итого		6,7	3,2	42	225
Всего		42	45,5	200,2	1485
Стоимость 104,96					

Медицинская сестра  Зуева М.В.

Согласовано

руководитель СП "Детский сад Солнышко (3 корпус)  
ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Стройкерамзика  
/Ключикова Н.Н./

# МЕНЮ

19 января 2026 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ "ГЕРКУЛЕСОВЫЙ" ЖИДКИЙ	200	5,3	7,4	18,9	165
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	2,2	4,7	14,7	110
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,5	4,8	12,5	111
Итого		12	16,9	46,1	386
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	195	1	0,2	19,9	86
Итого		1	0,2	19,9	86
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	5,2	4,3	66
ЩИ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	5,9	6	17,9	255
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	73	10,4	11,5	5,5	166
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,2	3,4	20,2	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35
Итого		22,9	26,5	73,6	728
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6,8	9,4	41,3	276
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1		16,7	68
Итого		6,9	9,4	58	344
Ужин					
РАГУ ОВОЩНОЕ	205	6	6,2	29,9	201
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,7	0,3	24,5	116
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		4,6	19
Итого		9,8	6,5	59	336
Всего		52,6	59,5	256,6	1880
Стоимость 132,66					

Медицинская сестра Зуева М.В.