

Утверждено

Руководитель СП Детский сад "Созыншко" корп. 1 №  
ГБОУ СОШ № 1 г. Кострома  
*Г. Герасимчук*  
ИИН 633005769



**МЕНЮ**  
**22 января 2026 г.**

**Ясли 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,44	7,40	21,77	176,45
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	27/6/6	3,48	7,08	14,19	134,75
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,27	3,41	9,48	82,60
Итого		12,19	17,89	45,44	393,80
<b>II Завтрак</b>					
СОК	200	0,99	0,20	19,50	84,71
Итого		0,99	0,20	19,50	84,71
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,45	0,95	2,61	20,98
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	5,52	6,30	17,01	151,58
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	185	10,73	12,04	24,70	250,55
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,92	31,67
Итого		19,35	19,64	69,20	536,36
<b>Полдник</b>					
ПРЯНИК	20	1,13	0,90	14,32	69,87
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	181	0,07	0,02	10,22	41,60
Итого		1,20	0,92	24,54	111,47
<b>Ужин</b>					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	12,49	4,81	4,90	112,99
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	151	3,47	4,19	12,14	101,82
ХЛЕБ	28	2,15	0,17	14,14	66,74
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	3,67	14,94
Итого		18,18	9,17	34,85	296,49
Всего		51,91	47,82	193,53	1 422,83
Стоимость 140,64					

Медицинская сестра Герасимчук Г.Г.

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнышко" корпус №1

ГБОУ СО ЦПиМС г. Г-т Стройка замка  
/Ключникова Н.Н.



MEHIO

22 января 2026 г.

# Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	202	6,99	7,98	28,23	240,84
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	18/7/10	3,56	8,74	10,70	136,16
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,37	3,46	11,17	90,20
Итого		13,92	20,18	50,10	467,20
<b>II Завтрак</b>					
СОК	200	0,99	0,20	19,94	84,88
Итого		0,99	0,20	19,94	84,88
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	50	0,72	3,02	4,21	47,22
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	5,79	6,04	17,83	230,94
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	200	12,30	13,20	31,84	295,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,28	0,44	21,03	101,16
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70
Итого		22,09	22,70	84,59	713,72
<b>Полдник</b>					
ПРЯНИКИ	50	2,24	1,78	28,43	138,71
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,08	0,02	14,23	57,72
Итого		2,32	1,80	42,66	196,43
<b>Ужин</b>					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	69	10,73	3,33	5,43	94,68
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	151	3,50	5,10	12,07	110,29
ХЛЕБ	57	4,32	0,35	28,40	134,04
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,07	16,68
Итого		18,65	8,78	49,97	355,69
Всего		57,97	53,66	247,26	1 817,92
Стоимость 152,13					

Медицинская сестра Герасимчук Г.Г.

Утверждак

руководитель СП"Детский сад" Сотнишко (з корпус)

ГБОУ СОШ № 1 п.г. Струйскими



MEHIO

22 января 2026 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,19	7,35	24,21	188,97
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/7/10	4,03	7,28	13,95	137,78
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,19	3,25	10,97	86,73
Итого		13,41	17,88	49,13	413,48
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	185	0,82	0,16	16,58	70,59
Итого		0,82	0,16	16,58	70,59
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	57	0,63	1,43	3,72	30,68
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	205	6,55	7,55	19,89	278,39
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	195	11,98	13,14	31,14	291,17
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,06	0,41	19,56	94,14
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	8,79	35,13
Итого		22,22	22,53	83,10	729,51
<b>Полдник</b>					
ПРЯНИКИ	49	2,81	2,24	35,81	174,78
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	202	0,06	0,01	16,61	67,09
Итого		2,87	2,25	52,42	241,87
<b>Ужин</b>					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	97	11,30	3,47	5,31	147,82
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	155	3,39	5,00	11,75	107,43
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,52	0,29	23,16	109,30
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,52	18,49
Итого		18,31	8,76	44,74	383,04
Всего		57,63	51,58	245,97	1 838,49
Стоимость 159,39					

Медицинская сестра Зуева М.В.

Согласовано

руководитель СП "Детский сад № 111 "Кропоткин" (з.код 1808) ИНН 6330051808

ГБОУ СПО № 111 п.п.т. Стройиндустрия

(Клонникова Е.Н.)



## МЕНЮ

22 января 2026 г.

### Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	150	4,9	6,2	19,9	157
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/5/10	3,5	8	9,8	127
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,5	2,5	9,1	70
Итого		10,9	16,7	38,8	354
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	151	0,8	0,2	14,8	64
Итого		0,8	0,2	14,8	64
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	31	0,4	0,7	2,5	18
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	5,5	6,8	16,7	253
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	175	9,9	11,4	28	256
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,3	0,3	14,5	70
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			6,8	27
Итого		18,1	19,2	68,5	624
<b>Полдник</b>					
ПРЯНИКИ	20	1,2	0,9	15	73
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		16,8	68
Итого		1,3	0,9	31,8	141
<b>Ужин</b>					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80	9,4	2,5	5,3	80
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,2	2,8	10,8	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3	0,2	19,5	92
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,8	19
Итого		15,7	5,5	40,4	274
Всего		46,8	42,5	194,3	1457
Стоимость 127,36					

Медицинская сестра Зуева М.В.

Согласовано

руководитель СП "Детский сад" Солнышко (Засорян)

ГБОУ СОШ №111 г. Струйка  
*Григорий*



## МЕНЮ

22 января 2026 г.

### Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,8	8,2	25,8	205
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/15/7	4,4	9,9	14,7	166
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	3,2	10,9	86
Итого		14,4	21,3	51,4	457
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	201	1	0,2	19,9	86
Итого		1	0,2	19,9	86
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	52	0,7	1,3	4,2	31
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	205	6,1	6,9	19,4	269
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	195	11,1	12,2	31,7	281
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,8	0,4	18	87
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			8,6	35
Итого		20,7	20,8	81,9	703
<b>Полдник</b>					
ПРЯНИКИ	50	2,9	2,3	36,5	178
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1		16,8	67
Итого		3	2,3	53,3	245
<b>Ужин</b>					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	95	10,5	3,1	6,1	93
КАПУСТА ТУШЕННАЯ	160	3,1	4,5	10,8	99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,7	0,3	24,2	114
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		4,7	19
Итого		17,4	7,9	45,8	325
Всего		56,5	52,5	252,3	1816
Стоимость 153,89					

Медицинская сестра *Мария* Зуева М.В