

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнышко" корпус №1
ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Стройке-Замуки
/Клюшников Н.Н./



МЕНЮ

22 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	197	6,11	7,95	26,71	203,33
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	25/7/10	3,61	7,98	12,06	134,96
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,31	3,39	11,08	88,82
Итого		13,03	19,32	49,85	427,11
II Завтрак					
СОК	202	1,01	0,20	20,41	86,92
Итого		1,01	0,20	20,41	86,92
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	52	0,75	3,86	4,36	55,13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И МЯСОМ КУР	196	8,73	4,64	24,83	176,41
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	67	9,33	10,57	5,42	154,17
КАША ЯЧНЕВАЯ	150	3,40	4,36	22,09	141,03
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,54	0,34	16,23	78,11
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70
Итого		24,75	23,77	82,61	643,55
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	64	7,28	9,25	44,21	289,18
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,08	0,02	14,24	57,78
Итого		7,36	9,27	58,45	346,96
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	128	4,22	3,64	26,95	157,61
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,95	4,43	3,83	59,25
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ХЛЕБ	40	3,04	0,25	20,02	94,48
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,11	16,85
Итого		13,41	12,92	55,21	391,19
Всего		59,56	65,48	266,53	1 895,73
Стоимость 118,15					

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

Утверждаю

руководитель СП"Детский сад Солнышко (2 корт.)

ГБОУ СОШ № 11 г.п.г. Стройкерамика

Ключникова Н.Н.



МЕИЮ

22 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,22	7,08	24,38	186,51
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/7/10	3,84	5,37	13,31	117,41
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,04	3,10	10,61	83,30
Итого		13,10	15,55	48,30	387,22
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	194	0,85	0,17	17,29	73,60
Итого		0,85	0,17	17,29	73,60
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	59	0,85	5,06	5,02	68,92
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С МЯСОМ КУР	190	8,00	6,43	20,82	173,44
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	73	9,50	10,75	5,47	156,64
КАША ЯЧНЕВАЯ	145	3,34	2,44	21,76	122,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	44	2,92	0,39	18,70	89,98
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	8,68	34,72
Итого		24,61	25,07	80,45	645,85
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6,80	9,11	41,17	274,02
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,06	0,01	16,20	65,38
Итого		6,86	9,12	57,37	339,40
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	3,72	2,80	23,76	135,13
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	44	0,78	3,62	3,13	48,38
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,37	0,27	22,14	104,48
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,61	18,84
Итого		12,93	11,18	53,91	368,12
Всего		58,35	61,09	257,32	1 814,19
Стоимость 140,13					

Медицинская сестра  Зуева М.В.

Согласовано

руководитель СП "Детский сад" Солышко (.3 корпус)

ГБОУ СОШ № 11 г.г. Стройкерамика

Ключникова Н.Г.

МЕНЮ**22 декабря 2025 г.****Ясли 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	145	4,1	4,8	16,8	127
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/5/10	3,5	6,7	9,2	112
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,9	3	9,4	77
Итого		10,5	14,5	35,4	316
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	148	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	39
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С МЯСОМ КУР	165	7,2	5	18,1	147
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	50	8,5	9,7	4,4	138
КАША ЯЧНЕВАЯ	120	2,7	2,7	17,8	106
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,4	0,3	15,2	73
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			6,8	27
Итого		21,3	20,6	64,9	530
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	55	5,6	7,3	34,1	223
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		16,3	66
Итого		5,7	7,3	50,4	289
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,7	2,3	23,8	131
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	35	0,6	2,9	2,5	39
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,8	0,2	18,3	86
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,8	19
Итого		12,1	9,9	49,7	336
Всего		50,4	52,5	215,2	1535
Стоимость 106,05					

Медицинская сестра _____ Зуева М.В.

Согласовано

руководитель СП "Детский сад "Солнышко" (3 корпус)
ГБОУ СОШ № 111 - Стройкерамика
Ключникова Г.Н.

МЕНЮ

22 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	175	4,7	5,7	20,1	152
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/15/7	4,5	8,3	13,7	149
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	3	10,7	83
Итого		12,2	17	44,5	384
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	198	1	0,2	19,9	86
Итого		1	0,2	19,9	86
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	51	0,8	5,2	4,3	66
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С МЯСОМ КУР	185	8	5,8	21,2	170
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	72	9,7	11	5,3	159
КАША ЯЧНЕВАЯ	130	2,9	3,4	18,8	118
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	45	3	0,4	19,1	92
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			8,7	35
Итого		24,4	25,8	77,4	640
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6,7	9,5	41,2	277
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1		16,1	65
Итого		6,8	9,5	57,3	342
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,2	3,2	26,7	153
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	45	0,8	3,7	3,2	50
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,5	0,3	22,9	108
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		4,6	19
Итого		13,5	11,7	57,7	391
Всего		57,9	64,2	256,8	1843
Стоимость 123,42					

Медицинская сестра Мед. Зуева М.В.