

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнечко" корпус №1
ГБОУ СОШ №1 г.г.Стройкерамика
Лючникова Н.Н.



MEHIO

26 января 2026 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	250	9,56	10,92	43,70	312,24
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	36/5	2,79	6,82	18,12	145,10
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	213	5,74	5,90	18,49	151,47
Итого		18,09	23,64	80,31	608,81
II Завтрак					
СОК	197	0,97	0,19	19,59	83,42
Итого		0,97	0,19	19,59	83,42
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,75	3,93	4,36	55,66
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И МЯСОМ КУР	200	15,58	10,30	33,23	288,45
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	89	15,01	16,18	6,06	229,96
КАША ЯЧНЕВАЯ	120	1,96	3,45	12,72	89,74
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	72	4,77	0,63	30,52	146,85
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96
Итого		38,07	34,49	94,63	841,62
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	75	7,89	8,60	42,11	277,46
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,26	0,11	11,48	53,00
Итого		8,15	8,71	53,59	330,46
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	102	3,22	3,58	20,55	127,38
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,72	3,38	2,93	45,22
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	72	5,49	0,45	36,13	170,51
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	4,03	16,44
Итого		14,61	12,01	63,94	422,55
Всего		79,89	79,04	312,06	2 286,86
Стоимость 171,19					

Медицинская сестра  — Герасимчук Г.Г.



Утверждак

Руководитель СП Детский сад "Солнышко" корпус №1
ГБОУ СОШ № 1199 г. Стойкерамика

МЕНЮ

26 января 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	260	11,09	11,77	49,09	347,42
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	51/7	4,20	7,77	27,37	196,15
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,82	6,02	19,44	156,79
Итого		21,11	25,56	95,90	700,36
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	65	1,23	3,96	7,25	69,47
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И МЯСОМ КУР	200	17,41	9,65	37,46	306,92
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	100	14,98	16,18	5,91	229,32
КАША ЯЧНЕВАЯ	158	3,48	5,25	22,66	151,73
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	89	5,88	0,78	37,64	181,12
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70
Итого		42,98	35,82	120,60	977,26
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	78	8,04	10,71	45,87	312,13
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,30	0,13	12,05	56,31
Итого		8,34	10,84	57,92	368,44
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	133	4,39	3,71	28,07	163,44
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,95	4,45	3,85	59,50
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ХЛЕБ	91	6,93	0,56	45,56	215,03
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,07	16,68
Итого		17,47	13,32	81,85	517,65
Всего		90,90	85,74	376,47	2 649,71
Стоимость 187,06					

Медицинская сестра Герасимчук Г.Г.

Утверждено

руководитель СП"Детский сад" Солнышко (Корпус) ГБОУ СОШ №109 п.г.т Строик Эмика /Лирина/ Ключникова ЕН/



**МЕНЮ
26 января 2026 г.**

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	220	7,42	9,58	29,10	232,89
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5	2,90	4,94	18,93	131,83
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,63	3,70	12,67	99,42
Итого		13,95	18,22	60,70	464,14
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	183	0,81	0,16	16,33	69,52
Итого		0,81	0,16	16,33	69,52
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	54	0,78	5,05	4,57	66,78
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С КУРИЦЕЙ	235	11,03	8,02	26,32	222,11
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУРЫ	90	12,52	13,53	6,40	197,67
КАША ЯЧНЕВАЯ	150	3,34	3,67	21,74	133,28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	57	3,78	0,50	24,22	116,55
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	8,76	35,02
Итого		31,45	30,77	92,01	771,41
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6,97	9,78	41,36	281,27
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,33	0,14	12,53	58,88
Итого		7,30	9,92	53,89	340,15
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,74	4,45	23,81	150,26
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	48	0,83	3,91	3,38	52,22
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	41	5,07	4,60	0,28	62,76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62	4,76	0,39	31,30	147,73
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,57	18,71
Итого		14,50	13,35	63,34	431,68
Всего		68,01	72,42	286,27	2 076,90
Стоимость 147,54					

Медицинская сестра Зуева М.В.

Согласовано

руководитель СП "Детский сад №1 "ОГНИШКО" (Якорьс)

ГБОУ СОШ № 1 п.г.т Строительный

Г.Н.Макарова

/Ключникова Е.Н/

МЕНЮ

26 января 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	225	7,5	8,5	36,7	252
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	4,6	6,4	30,2	197
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4	3,9	17,8	123
Итого		16,1	18,8	84,7	572
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,9	86
Итого		1	0,2	19,9	86
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	5,1	4,3	65
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С КУРИЦЕЙ	230	14,5	8,3	32,4	263
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУРЫ	95	17,8	18,9	5,8	264
КАША ЯЧНЕВАЯ	140	2,9	5,3	18,8	134
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	65	6,6	0,9	42,4	204
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			8,7	35
Итого		42,6	38,5	112,4	965
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	7,1	10,7	41,5	290
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	12,5	58
Итого		7,4	10,8	54	348
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	4,2	5,1	26,7	169
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,9	4,1	3,6	55
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	42	5,1	4,7	0,3	63
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,6	0,6	50,2	237
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		4,8	19
Итого		17,9	14,5	85,6	543
Всего		85	82,8	356,6	2514
Стоимость 172,10					

Медицинская сестра

Мага

Зуева М.В