

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнышко" корпус №1  
ГБОУ СОШ № 111 п. Т. Струйкервилле



## MEHIO

27 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    | 5,31              | 7,60    | 20,89       | 174,15                        |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ          | 17/6/6 | 2,69              | 6,05    | 8,07        | 97,74                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                    | 180    | 3,21              | 3,32    | 9,79        | 82,72                         |
| Итого                               |        | 11,21             | 16,97   | 38,75       | 354,61                        |
| <b>II Завтрак</b>                   |        |                   |         |             |                               |
| СОК                                 | 196    | 0,95              | 0,19    | 19,21       | 81,75                         |
| Итого                               |        | 0,95              | 0,19    | 19,21       | 81,75                         |
| <b>Обед</b>                         |        |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                     | 32     | 0,46              | 2,94    | 2,69        | 38,99                         |
| СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ | 180    | 5,95              | 9,67    | 19,13       | 192,05                        |
| БИТОЧКИ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ           | 67     | 15,60             | 16,18   | 7,75        | 238,93                        |
| ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ                      | 120    | 5,57              | 2,80    | 11,63       | 93,93                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                | 32     | 2,12              | 0,28    | 13,56       | 65,27                         |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                    | 180    | 0,46              | 0,03    | 12,19       | 51,21                         |
| Итого                               |        | 30,16             | 31,90   | 66,95       | 680,38                        |
| <b>Полдник</b>                      |        |                   |         |             |                               |
| ПЕЧЕНЬЕ                             | 20     | 1,50              | 1,96    | 14,88       | 83,40                         |
| КАКАО                               | 180    | 3,58              | 3,85    | 9,39        | 87,54                         |
| Итого                               |        | 5,08              | 5,81    | 24,27       | 170,94                        |
| <b>Ужин</b>                         |        |                   |         |             |                               |
| РАГУ ОВОЩНОЕ                        | 183    | 4,28              | 4,86    | 21,80       | 149,76                        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 40     | 2,44              | 0,20    | 16,06       | 75,78                         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                       | 180    | 0,08              | 0,00    | 4,03        | 16,44                         |
| Итого                               |        | 6,80              | 5,06    | 41,89       | 241,98                        |
| Всего                               |        | 54,20             | 59,93   | 191,07      | 1 529,66                      |
| Стоимость 127,57                    |        |                   |         |             |                               |

Медицинская сестра Герасимчук Г.Г.

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнышко" корпус №1

ГБОУ СОШ №1411, г. Строгино, района

Герасимчук Г.Г.



## МЕНЮ

27 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     | 6,98              | 7,72    | 28,56       | 212,80                        |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ          | 14/7/10 | 3,25              | 8,65    | 5,99        | 115,48                        |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                    | 200     | 3,31              | 3,40    | 11,10       | 89,06                         |
| Итого                               |         | 13,54             | 19,77   | 45,65       | 417,34                        |
| <b>II Завтрак</b>                   |         |                   |         |             |                               |
| СОК                                 | 196     | 0,98              | 0,20    | 19,80       | 84,28                         |
| Итого                               |         | 0,98              | 0,20    | 19,80       | 84,28                         |
| <b>Обед</b>                         |         |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                     | 51      | 0,75              | 3,72    | 4,36        | 53,76                         |
| СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ | 200     | 6,06              | 11,37   | 19,79       | 210,84                        |
| БИТОЧКИ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ           | 88      | 18,76             | 22,20   | 7,83        | 306,06                        |
| ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ                      | 130     | 8,87              | 2,18    | 18,55       | 129,31                        |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                | 40      | 2,65              | 0,35    | 16,96       | 81,58                         |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                    | 200     | 0,49              | 0,03    | 14,57       | 60,93                         |
| Итого                               |         | 37,58             | 39,85   | 82,06       | 842,48                        |
| <b>Полдник</b>                      |         |                   |         |             |                               |
| ПЕЧЕНЕЬЕ                            | 50      | 2,25              | 2,94    | 22,32       | 125,10                        |
| КАКАО                               | 200     | 4,54              | 4,84    | 10,85       | 106,49                        |
| Итого                               |         | 6,79              | 7,78    | 33,17       | 231,59                        |
| <b>Ужин</b>                         |         |                   |         |             |                               |
| РАГУ ОВОЩНОЕ                        | 200     | 5,96              | 6,63    | 31,85       | 213,17                        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 50      | 3,00              | 0,24    | 19,70       | 92,99                         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                       | 200     | 0,10              | 0,00    | 4,10        | 16,78                         |
| Итого                               |         | 9,06              | 6,87    | 55,65       | 322,94                        |
| Всего                               |         | 67,95             | 74,47   | 236,33      | 1 898,63                      |
| Стоимость 158,33                    |         |                   |         |             |                               |

Медицинская сестра Герасимчук Г.Г.

Утверждаю

руководитель СП"Детский сад" Солнечное (2 курс)

ГБОУ СО Ц №1 г.г.т Страйкболика

82



# MEHIO

27 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     | 6,05              | 6,77    | 23,95       | 182,12                        |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ            | 30/7/15 | 4,43              | 7,14    | 13,55       | 136,75                        |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                      | 200     | 4,54              | 4,73    | 13,09       | 114,32                        |
| Итого                                 |         | 15,02             | 18,64   | 50,59       | 433,19                        |
| <b>II Завтрак</b>                     |         |                   |         |             |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                          | 190     | 0,84              | 0,16    | 16,96       | 72,19                         |
| Итого                                 |         | 0,84              | 0,16    | 16,96       | 72,19                         |
| <b>Обед</b>                           |         |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА               | 55      | 0,64              | 2,14    | 3,76        | 37,27                         |
| СУП С РИСОВЫЙ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ | 200     | 6,26              | 8,77    | 19,87       | 188,06                        |
| БИТОЧКИ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ             | 98      | 23,54             | 27,86   | 4,92        | 364,64                        |
| ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ                        | 130     | 11,55             | 2,81    | 24,15       | 168,15                        |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                  | 46      | 3,06              | 0,41    | 19,56       | 94,14                         |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                      | 200     | 0,50              | 0,03    | 14,63       | 61,20                         |
| Итого                                 |         | 45,55             | 42,02   | 86,89       | 913,46                        |
| <b>Полдник</b>                        |         |                   |         |             |                               |
| ПРЯНИКИ                               | 50      | 2,86              | 2,28    | 36,38       | 177,51                        |
| КАКАО                                 | 200     | 4,51              | 4,87    | 11,89       | 110,81                        |
| Итого                                 |         | 7,37              | 7,15    | 48,27       | 288,32                        |
| <b>Ужин</b>                           |         |                   |         |             |                               |
| РАГУ ОВОЩНОЕ                          | 205     | 6,13              | 6,49    | 33,50       | 219,23                        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 45      | 3,42              | 0,28    | 22,48       | 106,11                        |
| ЧАЙ С САХАРОМ                         | 200     | 0,10              | 0,00    | 5,04        | 20,55                         |
| Итого                                 |         | 9,65              | 6,77    | 61,02       | 345,89                        |
| Всего                                 |         | 78,43             | 74,74   | 263,73      | 2 053,05                      |
| Стоимость 169,15                      |         |                   |         |             |                               |

Медицинская сестра Зуева М.В.

Согласовано

руководитель СП "Детский сад № 111 "Солнечко (3 корп.)"

ГБОУ СОШ № 145 п.г.т. Стройнегородка

Григорий  
Клюников



## МЕНЮ

27 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               | 8,1     | 25,8        | 204                           |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ            | 25/15/7 | 3,7               | 8,4     | 11,8        | 139                           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                      | 200     | 4,6               | 4,9     | 13,2        | 116                           |
| Итого                                 |         | 15,1              | 21,4    | 50,8        | 459                           |
| <b>II Завтрак</b>                     |         |                   |         |             |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                          | 186     | 1                 | 0,2     | 19,9        | 86                            |
| Итого                                 |         | 1                 | 0,2     | 19,9        | 86                            |
| <b>Обед</b>                           |         |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА               | 45      | 0,5               | 2,3     | 3,1         | 36                            |
| СУП С РИСОВЫЙ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ | 200     | 7,3               | 9,4     | 20,2        | 200                           |
| БИТОЧКИ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ             | 99      | 24,1              | 26,1    | 4,3         | 348                           |
| ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ                        | 130     | 10,5              | 2,8     | 21,9        | 155                           |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                  | 42      | 2,8               | 0,4     | 17,7        | 85                            |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                      | 200     | 0,5               |         | 14,6        | 61                            |
| Итого                                 |         | 45,7              | 41      | 81,8        | 885                           |
| <b>Полдник</b>                        |         |                   |         |             |                               |
| ПРЯНИКИ                               | 51      | 2,9               | 2,3     | 37,2        | 182                           |
| КАКАО                                 | 205     | 4,8               | 5,1     | 12,2        | 115                           |
| Итого                                 |         | 7,7               | 7,4     | 49,4        | 297                           |
| <b>Ужин</b>                           |         |                   |         |             |                               |
| РАГУ ОВОЩНОЕ                          | 205     | 5,7               | 7,1     | 29,6        | 209                           |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 49      | 3                 | 0,2     | 19,5        | 92                            |
| ЧАЙ С САХАРОМ                         | 200     | 0,1               |         | 5,1         | 21                            |
| Итого                                 |         | 8,8               | 7,3     | 54,2        | 322                           |
| Всего                                 |         | 78,3              | 77,3    | 256,1       | 2049                          |
| Стоимость 174,89                      |         |                   |         |             |                               |

Медицинская сестра Мария Зуева М.В