



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 5 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11.34	12.57	50.96	374.00
Для бутерброда:					
масло сливочное 72,5%	5.00	0.10	3.60	0.10	33.10
Сыр Сулугуни	8.00	1.50	1.50	0.00	21.60
батон Особый	18.00	1.40	0.20	8.10	40.50
Каша молочная ячневая	180	4.49	4.60	24.00	159.10
Какао с молоком	180	2.96	2.50	9.50	75.50
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Второй завтрак		0.95	0.20	13.65	90.00
Фрукт Груша	100	0.95	0.2	13.65	90.00
Обед		19.63	23.17	93.88	668.97
Суп "Волна" с птицей	180	6.36	7.25	9.26	112.10
Шницель рыбный	70	7.37	7.96	11.00	165.22
Соус томатный	30	0.38	2.05	2.92	31.46
Рис припущенный с овощами "Мозайка"	130	3.08	5.43	34.97	201.19
Напиток из сухофруктов	180	0.43	0.09	14.89	59.55
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25
Полдник		8.5	9.45	41	281.65

Булочка "Ярославская"	70	5.28	6.95	29.00	183.35
Кисломолочный напиток (Снежок)	180	3.22	2.50	12.00	98.30
Итого:		40.42	45.39	199.49	1414.62

Зав. Столовой_____

Мед. Работник_____



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 6 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11.27	12.58	54.61	372.75
Для бутерброда:					
батон Особый	18.00	1.40	0.20	8.10	40.50
масло сливочное 72,5%	5.00	0.10	3.60	0.10	33.10
Каша молочная овсяная	180	6.78	6.21	26.25	176.55
Кофейный напиток с молоком	180	2.10	2.40	10.90	78.40
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20.00	0.89	0.17	9.26	44.20
Второй завтрак		0.43	0.09	13.68	67.53
Напиток из изюма	180	0.43	0.09	13.68	67.53
Обед		19.76	22.95	87.57	660.46
Кукуруза консервированная (после термической обработки)	50	1.10	0.00	5.60	29.00
Свекольник со сметаной	180	2.36	5.98	18.59	193.01
Суфле мясное	70	11.26	13.36	15.2	187.92
Пюре картофельное	130	2.9	3.12	20.01	119.83
Напиток из черной смородины	180	0.13	0.10	7.33	31.25
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25

Полдник		8.5	9.41	39.82	283.35
Улитка из слоеного теста с повидлом	50	8.30	9.36	30.78	246.01
Чай с сахаром	200	0.20	0.05	9.04	37.34
Итого:		39.96	45.03	195.68	1384.09

Зав. Столовой_____

Мед. Работник_____



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 7 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11.31	12.57	43.38	377.80
Сырник из творога с повидлом	50/15	3.32	6.30	11.40	113.50
Каша молочная пшеничная	180	4.20	4.60	14.92	166.30
Чай с молоком	180	2.90	1.50	7.80	53.80
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20.00	0.89	0.17	9.26	44.20
Второй завтрак		0.23	0.07	6.87	29.45
Напиток из яблочно-ягодной смеси	180	0.23	0.07	6.87	29.45
Обед		19.52	24.02	92.80	668.42
Нарезка из отварной свеклы	50	0.72	3.04	4.22	47.16
Уха детская	180	5.34	8.53	8.03	144.14
Плов с птицей	180	10.67	12.02	47.07	325.47
Напиток из кураги	180	0.78	0.04	12.64	52.2
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25
Полдник		14.28	13.97	39.3	326.52
Шанежка с картофелем	60	8.48	8.97	29.70	218.52
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00
Итого:		45.34	50.63	182.35	1402.19



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 8 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11.23	12.47	50.36	344.03
Для бутерброда:					
батон Особый	18.00	1.40	0.20	8.10	40.50
Сыр Сулугуни	10.00	2.50	2.80	0.00	27.00
Каша пшенная молочная	180	6.34	9.30	28.00	211.63
Чай с сахаром	180.00	0.10	0.00	5.00	20.70
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20.00	0.89	0.17	9.26	44.20
Второй завтрак		0.33	0.01	12.45	66.49
Напиток из сухофруктов	180	0.33	0.01	12.45	66.49
Обед		19.75	22.88	89.97	660.74
Рассольник Ленинградский с птицей, сметаной	180	7.64	5.12	28.94	195.36
Тефтель мясной	70	6.97	10.72	17.89	193.61
Рагу из овощей	130	2.90	6.58	11.45	127
Компот из брусники	180	0.23	0.07	10.85	45.32
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25
Полдник		8.49	9.33	39.1	263.73
Булочка с творогом "К чаю"	50	8.22	9.28	28.63	220.21
Чай "Витаминный"	200	0.27	0.05	10.47	43.52
Итого:		39.80	44.69	191.88	1334.99



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 9 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11.15	12.37	54.21	377.21
Для бутерброда:					
масло сливочное 72,5%	5.00	0.10	3.60	0.10	33.10
Повидло	10.00	0.00	0.00	6.30	25.20
батон Особый	18.00	1.04	0.20	8.10	40.50
Каша молочная манная	180.00	6.02	4.90	20.95	158.71
Какао с молоком	180	3.10	3.50	9.50	75.50
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20.00	0.89	0.17	9.26	44.20
Второй завтрак		0.15	0.00	8.25	32.63
Отвар из плодов шиповника	180	0.15	0	8.25	32.63
Обед		20.06	22.73	94.36	655.89
Винегрет овощной	50	0.70	3.09	5.14	51.33
Суп гороховый на курином бульоне	180	4.25	4.32	20.14	105.62
Гуляш из птицы	70	7.97	11.36	7.16	177.53
Макароны отварные	130	4.99	3.52	34.32	192.12
Напиток из красной смородины	180	0.14	0.05	6.76	29.84
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25
Полдник		8.5	9.44	37.28	282.79
Рулетик слоеный с вареной сгущенкой	50	8.30	9.39	28.24	245.45

Чай с сахаром	200	0.20	0.05	9.04	37.34
Итого:		39.86	44.54	194.10	1348.52

Зав. Столовой_____

Мед. Работник_____