



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 5 день

Дети 3-7 лет

«    » 2026г.

| Наименование блюда                  | Выход, г | Химический состав |              |              |               |
|-------------------------------------|----------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
|                                     |          | Белки, г          | Жиры, г      | Угл., г      | ЭЦ, ккал      |
| <b>Завтрак</b>                      |          | <b>11.34</b>      | <b>12.57</b> | <b>50.96</b> | <b>374.00</b> |
| 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         |
| <b>Второй завтрак</b>               |          | <b>0.95</b>       | <b>0.20</b>  | <b>13.65</b> | <b>90.00</b>  |
| Фрукт Груша                         | 100      | 0.95              | 0.2          | 13.65        | 90.00         |
| <b>Обед</b>                         |          | <b>19.63</b>      | <b>23.17</b> | <b>93.88</b> | <b>668.97</b> |
| 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         |
| <b>Полдник</b>                      |          | <b>8.5</b>        | <b>9.45</b>  | <b>41</b>    | <b>281.65</b> |

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

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    |

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

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       |
| <b>Завтрак</b>                              |          | <b>11.23</b>      | <b>12.47</b> | <b>50.36</b>  | <b>344.03</b>  |
| 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          |
| <b>Второй завтрак</b>                       |          | <b>0.33</b>       | <b>0.01</b>  | <b>12.45</b>  | <b>66.49</b>   |
| Напиток из сухофруктов                      | 180      | 0.33              | 0.01         | 12.45         | 66.49          |
| <b>Обед</b>                                 |          | <b>19.75</b>      | <b>22.88</b> | <b>89.97</b>  | <b>660.74</b>  |
| 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          |
| <b>Полдник</b>                              |          | <b>8.49</b>       | <b>9.33</b>  | <b>39.1</b>   | <b>263.73</b>  |
| 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          |
| <b>Итого:</b>                               |          | <b>39.80</b>      | <b>44.69</b> | <b>191.88</b> | <b>1334.99</b> |



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 9 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

| Наименование блюда                  | Выход, г | Химический состав |              |              |               |
|-------------------------------------|----------|-------------------|--------------|--------------|---------------|
|                                     |          | Белки, г          | Жиры, г      | Угл., г      | ЭЦ, ккал      |
| <b>Завтрак</b>                      |          | <b>11.15</b>      | <b>12.37</b> | <b>54.21</b> | <b>377.21</b> |
| 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         |
| <b>Второй завтрак</b>               |          | <b>0.15</b>       | <b>0.00</b>  | <b>8.25</b>  | <b>32.63</b>  |
| Отвар из плодов шиповника           | 180      | 0.15              | 0            | 8.25         | 32.63         |
| <b>Обед</b>                         |          | <b>20.06</b>      | <b>22.73</b> | <b>94.36</b> | <b>655.89</b> |
| 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         |
| <b>Полдник</b>                      |          | <b>8.5</b>        | <b>9.44</b>  | <b>37.28</b> | <b>282.79</b> |
| Рулетик слоеный с вареной сгущенкой | 50       | 8.30              | 9.39         | 28.24        | 245.45        |

|                      |            |              |              |               |                |
|----------------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>Чай с сахаром</b> | <b>200</b> | <b>0.20</b>  | <b>0.05</b>  | <b>9.04</b>   | <b>37.34</b>   |
| <b>Итого:</b>        |            | <b>39.86</b> | <b>44.54</b> | <b>194.10</b> | <b>1348.52</b> |

Зав. Столовой\_\_\_\_\_

Мед. Работник\_\_\_\_\_