

МЕНЮ  
08.07.2026 гЗавтрак :

| Наименование<br>блюد | Масса<br>Порции |       | Пищевые вещества |      |      |      |        |       | Энергетическая<br>ценность |        | Витамин |      |
|----------------------|-----------------|-------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|---------|------|
|                      | ясли            | сад   | белки            |      | жиры |      | Угл-ды |       | Ккал                       |        | С       |      |
|                      |                 |       | я                | с    | я    | с    | я      | с     | ясли                       | сад    | ясли    | сад  |
| Каша геркулесовая    | 140/3           | 180/3 | 5,79             | 7,44 | 6,28 | 8,07 | 26,29  | 33,80 | 185,66                     | 238,71 | 0,67    | 0,86 |
| молочная с маслом    |                 |       |                  |      |      |      |        |       |                            |        |         |      |
| сливочным            |                 |       | 3,67             | 3,67 | 3,19 | 3,19 | 10,87  | 10,87 | 90,78                      | 90,78  | 1,43    | 1,43 |
| Какао с молоком      | 180/6           | 180/6 |                  |      |      |      |        |       |                            |        |         |      |
| Бутерброд с маслом   | 25/5            | 30/5  | 1,92             | 2,29 | 4,36 | 4,50 | 12,92  | 15,49 | 98,50                      | 111,68 |         |      |
| сливочным            |                 |       |                  |      |      |      |        |       |                            |        |         |      |

2-ой Завтрак:

|     |     |     |      |      |      |      |       |       |       |       |      |      |
|-----|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| Сок | 200 | 200 | 1,00 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | 20,20 | 20,20 | 84,80 | 84,80 | 4,00 | 4,00 |
|-----|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|

Обед:

|                      |        |       |      |      |      |      |       |       |        |        |      |      |
|----------------------|--------|-------|------|------|------|------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| Винегрет овощной     | 40     | 60    | 0,56 | 0,84 | 4,02 | 6,02 | 2,92  | 4,37  | 50,04  | 75,06  |      |      |
| Щи со свежей         | 150/10 | 180/1 | 3,18 | 3,24 | 4,89 | 5,19 | 5,00  | 5,07  | 81,56  | 84,80  | 9,54 | 9,54 |
| капустой с           | /5     | 0/7   |      |      |      |      |       |       |        |        |      |      |
| картофелем, с        |        |       |      |      |      |      |       |       |        |        |      |      |
| мясными              |        |       |      |      |      |      |       |       |        |        |      |      |
| фрикадельками, со    |        |       |      |      |      |      |       |       |        |        |      |      |
| сметаной             |        |       |      |      |      |      |       |       |        |        |      |      |
| Тефтели мясные в     | 45/15  | 60/20 | 5,39 | 7,18 | 5,32 | 7,09 | 6,26  | 8,34  | 94,39  | 125,85 | 0,40 | 0,53 |
| томатном соусе       |        |       |      |      |      |      |       |       |        |        |      |      |
| Каша гречневая       | 110/2  | 130/3 | 6,45 | 7,62 | 3,13 | 4,16 | 29,16 | 34,47 | 170,14 | 205,27 |      |      |
| рассыпчатая с маслом |        |       |      |      |      |      |       |       |        |        |      |      |
| сливочным            |        |       |      |      |      |      |       |       |        |        |      |      |
| Компот из урюка      | 150    | 180   | 0,35 | 0,40 | 0,02 | 0,02 | 13,83 | 16,60 | 56,83  | 68,20  | 0,00 | 2,44 |
| Хлеб пшеничный       | 20     | 30    | 1,52 | 2,28 | 0,16 | 0,24 | 9,84  | 14,77 | 47,00  | 70,57  |      |      |
| Хлеб ржаной          | 35     | 45    | 2,31 | 2,97 | 0,42 | 0,54 | 13,85 | 17,84 | 69,23  | 89,19  |      |      |

Полдник:

|                   |     |     |      |      |      |      |       |       |       |       |      |      |
|-------------------|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| Кисломолочный     | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30  | 7,56  | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,54 |
| напиток (ряженка) |     |     |      |      |      |      |       |       |       |       |      |      |
| Сушки             | 20  | 20  | 2,14 | 2,14 | 0,24 | 0,24 | 14,24 | 14,24 | 67,80 | 68,80 | 0,00 | 0,00 |

Ужин:

|                    |        |        |       |       |       |       |       |       |        |        |      |      |
|--------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| Пудинг творожный с | 110/20 | 130/20 | 16,73 | 16,72 | 11,84 | 15,51 | 39,76 | 39,76 | 330,50 | 360,20 | 0,21 | 0,34 |
| повидлом           |        |        |       |       |       |       |       |       |        |        |      |      |
| Чай с сахаром      | 150/5  | 180/6  | 0,05  | 0,06  | 0,02  | 0,02  | 5,02  | 6,02  | 20,08  | 24,10  | 0,02 | 0,03 |

## МЕНЮ для аллергических групп

08.07.2026 г

Завтрак :

| Наименование<br>блюда                  | Масса<br>Порции |     | Пищевые вещества |      |      |      |        |       | Энергетическая<br>ценность |       | Витамин |      |
|----------------------------------------|-----------------|-----|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|-------|---------|------|
|                                        | ясли            | сад | белки            |      | жиры |      | Угл-ды |       | Ккал                       |       | С       |      |
|                                        |                 |     | я                | с    | я    | с    | я      | с     | ясли                       | сад   | ясли    | сад  |
| Каша геркулесовая на воде (без сахара) |                 | 180 |                  | 5,99 |      | 1,69 |        | 20,65 |                            | 121,5 |         | 0,21 |
| Чай зеленый(без сахара)                |                 | 180 |                  | 0,06 |      | 0,02 |        | 0,02  |                            | 0,00  |         | 0,03 |
| Масло сливочное порционно              |                 | 40  |                  | 2,64 |      | 0,48 |        | 15,84 |                            | 79,20 |         |      |
| Хлеб ржаной                            |                 | 3   |                  | 0,02 |      | 2,18 |        | 0,04  |                            | 19,80 |         |      |

2-ой Завтрак:

|     |  |     |  |      |  |      |  |       |  |       |  |      |
|-----|--|-----|--|------|--|------|--|-------|--|-------|--|------|
| Сок |  | 200 |  | 1,00 |  | 0,00 |  | 20,20 |  | 84,44 |  | 4,00 |
|-----|--|-----|--|------|--|------|--|-------|--|-------|--|------|

Обед:

|                                                                        |  |          |  |      |  |      |  |       |  |        |  |      |
|------------------------------------------------------------------------|--|----------|--|------|--|------|--|-------|--|--------|--|------|
| Винегрет овощной                                                       |  | 60       |  | 0,84 |  | 6,02 |  | 4,37  |  | 75,06  |  | 0,00 |
| Щи со свежей капустой с картофелем,с мясными фрикадельками,со сметаной |  | 180/10/7 |  | 3,24 |  | 5,19 |  | 5,07  |  | 84,80  |  | 9,54 |
| Тефтели мясные в томатном соусе                                        |  | 60/20    |  | 7,18 |  | 7,09 |  | 8,34  |  | 125,85 |  | 0,53 |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным                          |  | 130/3    |  | 7,63 |  | 4,16 |  | 34,47 |  | 205,27 |  | 0,00 |
| Компот из урюка(без сахара)                                            |  | 180      |  | 0,40 |  | 0,02 |  | 16,60 |  | 68,20  |  | 2,44 |
| Хлеб ржаной                                                            |  | 45       |  | 2,97 |  | 0,54 |  | 17,84 |  | 89,19  |  | 0,00 |

Полдник:

|                                 |  |     |  |      |  |      |  |       |  |       |  |      |
|---------------------------------|--|-----|--|------|--|------|--|-------|--|-------|--|------|
| Кисломолочный напиток (ряженка) |  | 180 |  | 5,22 |  | 4,50 |  | 7,56  |  | 92,00 |  | 0,54 |
| Сушки                           |  | 20  |  | 2,18 |  | 0,26 |  | 13,76 |  | 66,20 |  | 0,00 |

Ужин:

|                                      |  |        |  |      |  |       |  |       |  |        |  |       |
|--------------------------------------|--|--------|--|------|--|-------|--|-------|--|--------|--|-------|
| Рагу из овощей с филе грудок индейки |  | 30/120 |  | 9,70 |  | 15,15 |  | 10,34 |  | 219,00 |  | 15,30 |
| Чай черный без сахара                |  | 180    |  | 0,06 |  | 0,02  |  | 0,02  |  | 0,00   |  | 0,03  |
| Хлеб ржаной                          |  | 40     |  | 2,64 |  | 0,48  |  | 15,84 |  | 79,20  |  | 0,00  |