

МЕНЮ



Ясли 22 декабря 2025 г.

| 1           | 2                                    | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8             |
|-------------|--------------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|---------------|
| Приём пищи  | Наименование                         | Вес  | Белки | Жиры | Углево<br>ды | Энерг<br>ценность<br>(ккал) | Витами<br>н С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша овсянная "Геркулесовая"молочная | 150  | 4,7   | 7    | 19           | 151,8                       | 1             |
|             | Чай с сахаром                        | 150  | 0,2   |      | 11           | 42                          |               |
|             | Бутерброд с маслом сливочным         | 35   | 2,7   | 8    | 14           | 135,4                       |               |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |               |
| 2-й ЗАВТРАК | Сок фруктовый                        | 100  |       |      | 12           | 48                          | 5             |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |               |
| ОБЕД        | Щи из св капусты со сметаной         | 150  | 1,3   | 4    | 7            | 64,7                        | 8             |
|             | Плов из говядины                     | 150  | 18,3  | 16   | 26           | 313,8                       | 1             |
|             | Кукуруза консервированная            | 30   | 0,8   | 1    | 5            | 23                          |               |
|             | Компот из сухофруктов                | 150  | 0,5   |      | 21           | 85,4                        | 1             |
|             | Хлеб ржаной                          | 40   | 2,5   | 2    | 16           | 80,2                        | 1             |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |               |
| ПОЛДНИК     | Кефир                                | 150  | 4,2   | 5    | 7            | 84,4                        | 3             |
|             | Хлеб пшеничный                       | 30   | 2,3   | 1    | 15           | 70,4                        |               |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |               |
| УЖИН        | Картофель жареный из отварного       | 150  | 3,6   | 15   | 31           | 270,8                       |               |
|             | Икра кабачковая                      | 30   | 0,4   | 3    | 3            | 29,1                        | 2             |
|             | Чай с сахаром                        | 150  | 0,2   |      | 11           | 42                          |               |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                      | 1465 | 41,7  | 62   | 198          | 1441                        | 22            |

МЕНЮ



Сад 22 декабря 2025 г.

| 1           | 2                                    | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8             |
|-------------|--------------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|---------------|
| Приём пищи  | Наименование                         | Вес  | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Энерг<br>ценность<br>(ккал) | Витам<br>ин С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша овсянная "Геркулесовая"молочная | 205  | 7     | 9    | 26           | 207,4                       | 2             |
|             | Чай с сахаром                        | 180  | 1     |      | 13           | 50,4                        |               |
|             | Бутерброд с маслом сливочным         | 45   | 4     | 11   | 18           | 174,1                       |               |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |               |
| 2-й ЗАВТРАК | Сок фруктовый                        | 100  |       |      | 12           | 48                          | 5             |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |               |
| ОБЕД        | Щи из св капусты со сметаной         | 200  | 2     | 6    | 9            | 86,3                        | 10            |
|             | Плов из говядины                     | 200  | 25    | 21   | 34           | 418,4                       | 1             |
|             | Кукуруза консервированная            | 30   | 1     | 1    | 5            | 23                          |               |
|             | Компот из сухофруктов                | 180  | 1     |      | 26           | 102,5                       | 1             |
|             | Хлеб ржаной                          | 50   | 4     | 2    | 19           | 100,2                       | 1             |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |               |
| ПОЛДНИК     | Кефир                                | 180  | 6     | 6    | 8            | 101,3                       | 3             |
|             | Хлеб пшеничный                       | 40   | 4     | 1    | 20           | 93,8                        |               |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |               |
| УЖИН        | Картофель жареный из отварного       | 170  | 5     | 17   | 36           | 306,9                       |               |
|             | Икра кабачковая                      | 30   | 1     | 3    | 3            | 29,1                        | 2             |
|             | Чай с сахаром                        | 180  | 1     |      | 13           | 50,4                        |               |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                      | 1790 | 62    | 77   | 242          | 1791,8                      | 25            |

МЕНЮ



Ясли 23 декабря 2025 г.

| 1           | 2                             | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8             |
|-------------|-------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|---------------|
| Приём пищи  | Наименование                  | Вес  | Белки | Жиры | Углево<br>ды | Энерг<br>ценность<br>(калл) | Витами<br>н С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша пшенная молочная         | 150  | 4,5   | 6    | 26           | 166,2                       | 1             |
|             | Кофейный напиток с молоком    | 150  | 2,1   | 3    | 15           | 89,1                        | 1             |
|             | Бутерброд с сыром, маслом сл. | 45   | 4,7   | 12   | 17           | 170,7                       | 1             |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
| 2-й ЗАВТРАК | Сок фруктовый                 | 100  |       |      | 12           | 48                          | 5             |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
| ОБЕД        | Бульон из курицы с яйцом      | 150  | 0,8   | 1    |              | 4,5                         |               |
|             | Ёжики куриные                 | 130  | 24,2  | 5    | 14           | 189,5                       |               |
|             | Салат из моркови и свеклы     | 40   | 0,6   | 5    | 4            | 50,5                        |               |
|             | Компот из сухофруктов         | 150  | 0,5   |      | 21           | 85,4                        | 1             |
|             | Хлеб ржаной                   | 40   | 2,5   | 2    | 16           | 80,2                        | 1             |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
| ПОЛДНИК     | Кефир                         | 150  | 4,2   | 5    | 7            | 84,4                        | 3             |
|             | Хлеб пшеничный                | 30   | 2,3   | 1    | 15           | 70,4                        |               |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
| УЖИН        | Оладьи                        | 160  | 8,4   | 2    | 53           | 254,2                       |               |
|             | Повидло                       | 20   | 0,1   |      | 13           | 50                          |               |
|             | Фрукт                         | 140  | 1     | 4    | 21           | 70                          |               |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
|             |                               | 1455 | 55,9  | 46   | 234          | 1413,1                      | 13            |

МЕНЮ



Сад 23 декабря 2025 г.

| 1           | 2                             | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8             |
|-------------|-------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|---------------|
| Приём пищи  | Наименование                  | Вес  | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Энерг<br>ценность<br>(калл) | Витами<br>н С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша пшенная молочная         | 205  | 7     | 8    | 35           | 227,2                       | 2             |
|             | Кофейный напиток с молоком    | 180  | 3     | 3    | 18           | 106,9                       | 1             |
|             | Бутерброд с сыром, маслом сл. | 57   | 6     | 15   | 21           | 216,3                       | 1             |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
| 2-й ЗАВТРАК | Сок фруктовый                 | 100  |       |      | 12           | 48                          | 5             |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
| ОБЕД        | Бульон из курицы с яйцом      | 200  | 1     | 1    |              | 6                           |               |
|             | Ёжики куриные                 | 170  | 32    | 6    | 18           | 247,7                       |               |
|             | Салат из моркови и свеклы     | 50   | 1     | 6    | 4            | 63,1                        |               |
|             | Компот из сухофруктов         | 180  | 1     |      | 26           | 102,5                       | 1             |
|             | Хлеб ржаной                   | 50   | 4     | 2    | 19           | 100,2                       | 1             |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
| ПОЛДНИК     | Кефир                         | 180  | 6     | 6    | 8            | 101,3                       | 3             |
|             | Хлеб пшеничный                | 40   | 4     | 1    | 20           | 93,8                        |               |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
| УЖИН        | Оладьи                        | 180  | 10    | 2    | 59           | 285,9                       |               |
|             | Повидло                       | 20   | 1     |      | 13           | 50                          |               |
|             | Фрукт                         | 160  | 2     | 4    | 24           | 80                          |               |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
|             |                               |      |       |      |              |                             |               |
|             |                               | 1772 | 78    | 54   | 277          | 1728,9                      | 14            |

МЕНЮ



Ясли 24 декабря 2025 г.

| 1           | 2                            | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8             |
|-------------|------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|---------------|
| Приём пищи  | Наименование                 | Вес  | Белки | Жиры | Углево<br>ды | Энерг<br>ценность<br>(калл) | Витами<br>н С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша рисовая молочная        | 150  | 3,8   | 5    | 24           | 153,8                       | 1             |
|             | Чай с сахаром                | 150  | 0,2   |      | 11           | 42                          |               |
|             | Бутерброд с маслом сливочным | 35   | 2,7   | 8    | 14           | 135,4                       |               |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
| 2-й ЗАВТРАК | Сок фруктовый                | 100  |       |      | 12           | 48                          | 5             |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
| ОБЕД        | Суп гороховый                | 150  | 1,4   | 3    | 9            | 59,3                        |               |
|             | Жаркое по домашнему          | 150  | 16,9  | 14   | 20           | 267,3                       | 1             |
|             | Компот из сухофруктов        | 150  | 0,5   |      | 21           | 85,4                        | 1             |
|             | Хлеб ржаной                  | 40   | 2,5   | 2    | 16           | 80,2                        | 1             |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
| ПОЛДНИК     | Кефир                        | 150  | 4,2   | 5    | 7            | 84,4                        | 3             |
|             | Хлеб пшеничный               | 30   | 2,3   | 1    | 15           | 70,4                        |               |
| УЖИН        | Вареники ленивые творожные   | 150  | 23,3  | 8    | 24           | 250,9                       |               |
|             | Сгущенное молоко             | 30   | 1,5   | 3    | 17           | 96                          |               |
|             | Кисель                       | 150  | 0,2   |      | 15           | 60,6                        | 2             |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
|             |                              | 1435 | 59,5  | 49   | 205          | 1433,7                      | 14            |

МЕНЮ



Сад 24 декабря 2025 г.

| 1           | 2                            | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8             |
|-------------|------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|---------------|
| Приём пищи  | Наименование                 | Вес  | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Энерг<br>ценность<br>(калл) | Витами<br>н С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша рисовая молочная        | 205  | 6     | 7    | 33           | 210,2                       | 2             |
|             | Чай с сахаром                | 180  | 1     |      | 13           | 50,4                        |               |
|             | Бутерброд с маслом сливочным | 45   | 4     | 11   | 18           | 174,1                       |               |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
| 2-й ЗАВТРАК | Сок фруктовый                | 100  |       |      | 12           | 48                          | 5             |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
| ОБЕД        | Суп гороховый                | 200  | 2     | 4    | 11           | 79,1                        |               |
|             | Жаркое по домашнему          | 200  | 23    | 19   | 26           | 356,4                       | 1             |
|             | Компот из сухофруктов        | 180  | 1     |      | 26           | 102,5                       | 1             |
|             | Хлеб ржаной                  | 50   | 4     | 2    | 19           | 100,2                       | 1             |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
| ПОЛДНИК     | Кефир                        | 180  | 6     | 6    | 8            | 101,3                       | 3             |
|             | Хлеб пшеничный               | 40   | 4     | 1    | 20           | 93,8                        |               |
| УЖИН        | Вареники ленивые творожные   | 170  | 27    | 8    | 27           | 284,4                       |               |
|             | Сгущенное молоко             | 30   | 2     | 3    | 17           | 96                          |               |
|             | Кисель                       | 180  | 1     |      | 18           | 72,8                        | 2             |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
|             |                              | 1760 | 81    | 61   | 248          | 1769,2                      | 15            |

МЕНЮ



Ясли 25 декабря 2025 г.

| 1           | 2                            | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8             |
|-------------|------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|---------------|
| Приём пищи  | Наименование                 | Вес  | Белки | Жиры | Углево<br>ды | Энерг<br>ценность<br>(ккал) | Витами<br>н С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша манная молочная         | 150  | 4,5   | 6    | 23           | 162,5                       | 1             |
|             | Какао с молоком              | 150  | 2,9   | 3    | 20           | 115,5                       | 1             |
|             | Бутерброд с маслом сливочным | 35   | 2,7   | 8    | 14           | 135,4                       |               |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
| 2-й ЗАВТРАК | Сок фруктовый                | 100  |       |      | 12           | 48                          | 5             |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
| ОБЕД        | Борщ со свежей капустой      | 150  | 1,2   | 4    | 7            | 66,7                        | 8             |
|             | Макароны отварные            | 90   | 3,4   | 4    | 22           | 126,7                       |               |
|             | Бефстроганы из печени        | 60   | 7,5   | 4    | 3            | 76,5                        | 5             |
|             | Компот из сухофруктов        | 150  | 0,5   |      | 21           | 85,4                        | 1             |
|             | Хлеб ржаной                  | 40   | 2,5   | 2    | 16           | 80,2                        | 1             |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
| ПОЛДНИК     | Кефир                        | 150  | 4,2   | 5    | 7            | 84,4                        | 3             |
|             | Хлеб пшеничный               | 30   | 2,3   | 1    | 15           | 70,4                        |               |
| УЖИН        | Омлет молочный с кукурузой   | 180  | 12,3  | 15   | 6            | 208,2                       |               |
|             | Чай с сахаром                | 150  | 0,2   |      | 11           | 42                          |               |
|             | Печенье                      | 20   | 1,4   | 4    | 14           | 90                          |               |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
|             |                              | 1455 | 45,6  | 56   | 191          | 1391,9                      | 25            |

МЕНЮ



Сад 25 декабря 2025 г.

| 1           | 2                            | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8             |
|-------------|------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|---------------|
| Приём пищи  | Наименование                 | Вес  | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Энерг<br>ценность<br>(ккал) | Витам<br>ин С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша манная молочная         | 205  | 7     | 9    | 32           | 222,1                       | 2             |
|             | Какао с молоком              | 180  | 4     | 4    | 24           | 138,6                       | 1             |
|             | Бутерброд с маслом сливочным | 45   | 4     | 11   | 18           | 174,1                       |               |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
| 2-й ЗАВТРАК | Сок фруктовый                | 100  |       |      | 12           | 48                          | 5             |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
| ОБЕД        | Борщ со свежей капустой      | 200  | 2     | 6    | 9            | 88,9                        | 10            |
|             | Макароны отварные            | 110  | 5     | 4    | 26           | 154,9                       |               |
|             | Бефстроганы из печени        | 80   | 10    | 6    | 4            | 102                         | 6             |
|             | Компот из сухофруктов        | 180  | 1     |      | 26           | 102,5                       | 1             |
|             | Хлеб ржаной                  | 50   | 4     | 2    | 19           | 100,2                       | 1             |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
| ПОЛДНИК     | Кефир                        | 180  | 6     | 6    | 8            | 101,3                       | 3             |
|             | Хлеб пшеничный               | 40   | 4     | 1    | 20           | 93,8                        |               |
| УЖИН        | Омлет молочный с кукурузой   | 200  | 14    | 17   | 7            | 231,3                       |               |
|             | Чай с сахаром                | 180  | 1     |      | 13           | 50,4                        |               |
|             | Печенье                      | 20   | 2     | 4    | 14           | 90                          |               |
|             |                              |      |       |      |              |                             |               |
|             |                              | 1770 | 64    | 70   | 232          | 1698,1                      | 29            |

МЕНЮ



Ясли

26 декабря

2025 г.

| 1           | 2                                  | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8             |
|-------------|------------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|---------------|
| Приём пищи  | Наименование                       | Вес  | Белки | Жиры | Углево<br>ды | Энерг<br>ценность<br>(ккал) | Витами<br>н С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша "Дружба" (ячневая,пшеничная)  | 150  | 5,4   | 6    | 28           | 179,6                       |               |
|             | Чай с сахаром                      | 150  | 0,2   |      | 11           | 42                          |               |
|             | Бутерброд с сыром, маслом сл.      | 45   | 4,7   | 12   | 17           | 170,7                       | 1             |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
| 2-й ЗАВТРАК | Сок фруктовый                      | 100  |       |      | 12           | 48                          | 5             |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
| ОБЕД        | Суп картофельный с перловой крупой | 150  | 1,7   | 2    | 14           | 74,5                        |               |
|             | Картофельное пюре                  | 90   | 2     | 4    | 14           | 96,3                        | 3             |
|             | Котлеты рыбные                     | 60   | 6,3   | 2    | 5            | 51,6                        | 1             |
|             | Соленый огурец                     | 30   | 0,3   | 1    | 2            | 5,7                         |               |
|             | Компот из сухофруктов              | 150  | 0,5   |      | 21           | 85,4                        | 1             |
|             | Хлеб ржаной                        | 40   | 2,5   | 2    | 16           | 80,2                        | 1             |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
| ПОЛДНИК     | Кефир                              | 150  | 4,2   | 5    | 7            | 84,4                        | 3             |
|             | Хлеб пшеничный                     | 30   | 2,3   | 1    | 15           | 70,4                        |               |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
| УЖИН        | Пирожок с повидлом                 | 100  | 5,3   | 5    | 45           | 250                         | 1             |
|             | Чай с сахаром                      | 150  | 0,2   |      | 11           | 42                          |               |
|             | Фрукт                              | 140  | 1     | 4    | 21           | 70                          |               |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                    | 1535 | 36,6  | 44   | 239          | 1350,8                      | 16            |

МЕНЮ



Сад

26 декабря

2025 г.

| 1           | 2                                  | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8             |
|-------------|------------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|---------------|
| Приём пищи  | Наименование                       | Вес  | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Энерг<br>ценность<br>(ккал) | Витами<br>н С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша "Дружба" (ячневая,пшеничная)  | 205  | 8     | 8    | 38           | 245,4                       |               |
|             | Чай с сахаром                      | 180  | 1     |      | 13           | 50,4                        |               |
|             | Бутерброд с сыром, маслом сл.      | 57   | 6     | 15   | 21           | 216,3                       | 1             |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
| 2-й ЗАВТРАК | Сок фруктовый                      | 100  |       |      | 12           | 48                          | 5             |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
| ОБЕД        | Суп картофельный с перловой крупой | 200  | 3     | 3    | 18           | 99,3                        |               |
|             | Картофельное пюре                  | 110  | 3     | 5    | 18           | 117,7                       | 3             |
|             | Котлеты рыбные                     | 80   | 9     | 2    | 6            | 68,8                        | 1             |
|             | Соленый огурец                     | 30   | 1     | 1    | 2            | 5,7                         |               |
|             | Компот из сухофруктов              | 180  | 1     |      | 26           | 102,5                       | 1             |
|             | Хлеб ржаной                        | 50   | 4     | 2    | 19           | 100,2                       | 1             |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
| ПОЛДНИК     | Кефир                              | 180  | 6     | 6    | 8            | 101,3                       | 3             |
|             | Хлеб пшеничный                     | 40   | 4     | 1    | 20           | 93,8                        |               |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
| УЖИН        | Пирожок с повидлом                 | 100  | 6     | 5    | 45           | 250                         | 1             |
|             | Чай с сахаром                      | 180  | 1     |      | 13           | 50,4                        |               |
|             | Фрукт                              | 160  | 2     | 4    | 24           | 80                          |               |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                    |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                    | 1852 | 55    | 52   | 283          | 1629,8                      | 16            |