

МЕНЮ



Ясли 23 марта 2026 г.

| 1           | 2                                    | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8         |
|-------------|--------------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|-----------|
| Приём пищи  | Наименование                         | Вес  | Белки | Жиры | Углево<br>ды | Энерг<br>ценность<br>(калл) | Витамин 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        | Суп с вермишелью                     | 150  | 1,7   | 2    | 14           | 74,5                        |           |
|             | Голубцы ленивые                      | 150  | 10,6  | 29   | 10           | 338                         | 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        | 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                          |           |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |           |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |           |
|             |                                      | 1435 | 33,6  | 72   | 184          | 1452                        | 14        |

МЕНЮ



Сад 23 марта 2026 г.

| 1           | 2                                    | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8         |
|-------------|--------------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|-----------|
| Приём пищи  | Наименование                         | Вес  | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Энерг<br>ценность<br>(калл) | Витамин 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        | Суп с вермишелью                     | 200  | 3     | 3    | 18           | 99,3                        |           |
|             | Голубцы ленивые                      | 200  | 15    | 39   | 13           | 450,7                       | 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        | 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                        |           |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |           |
|             |                                      |      |       |      |              |                             |           |
|             |                                      | 1760 | 52    | 91   | 225          | 1814,1                      | 15        |

МЕНЮ



Ясли 24 марта 2026 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             |
|             | 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        | Борщ со свежей капустой        | 150  | 1,2   | 4    | 7            | 66,7                        | 8             |
|             | Овощное рагу с грудкой куриной | 150  | 5,7   | 13   | 29           | 84                          | 18            |
|             | 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                          |               |
|             | Фрукт                          | 160  | 1     | 4    | 21           | 70                          |               |
|             |                                |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                | 1605 | 40,5  | 64   | 201          | 1252,9                      | 39            |

МЕНЮ



Сад 24 марта 2026 г.

| 1           | 2                              | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8             |
|-------------|--------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|---------------|
| Приём пищи  | Наименование                   | Вес  | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Энерг<br>ценность<br>(калл) | Витам<br>ин С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша рисовая молочная          | 205  | 6     | 7    | 33           | 210,2                       | 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        | Борщ со свежей капустой        | 200  | 2     | 6    | 9            | 88,9                        | 10            |
|             | Овощное рагу с грудкой куриной | 200  | 8     | 18   | 38           | 112                         | 24            |
|             | 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                        |               |
|             | Фрукт                          | 160  | 2     | 4    | 24           | 80                          |               |
|             |                                |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                | 1932 | 57    | 79   | 248          | 1541,8                      | 48            |

МЕНЮ



Ясли 25 марта 2026 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 манная молочная              | 150  | 4,5   | 6    | 23           | 162,5                       | 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                        |               |
|             | Греча отварная                    | 90   | 5,3   | 4    | 27           | 158,3                       |               |
|             | Котлеты мясные из говядины        | 60   | 6,5   | 8    | 4            | 106,1                       | 1             |
|             | Салат из свеклы с соленым огурцом | 40   | 0,6   | 5    | 4            | 50,8                        |               |
|             | 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        | Запеканка творожная               | 150  | 21,9  | 10   | 22           | 256,7                       | 1             |
|             | Сгущенное молоко                  | 30   | 1,5   | 3    | 17           | 96                          |               |
|             | Кисель                            | 150  | 0,2   |      | 15           | 60,6                        | 2             |
|             |                                   |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                   |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                   | 1475 | 54,3  | 55   | 217          | 1496,1                      | 15            |

МЕНЮ



Сад 25 марта 2026 г.

| 1           | 2                                 | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8             |
|-------------|-----------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|---------------|
| Приём пищи  | Наименование                      | Вес  | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Энерг<br>ценность<br>(калл) | Витам<br>ин С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша манная молочная              | 205  | 7     | 9    | 32           | 222,1                       | 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                        |               |
|             | Греча отварная                    | 110  | 7     | 4    | 33           | 193,5                       |               |
|             | Котлеты мясные из говядины        | 80   | 9     | 10   | 5            | 141,4                       | 1             |
|             | Салат из свеклы с соленым огурцом | 50   | 1     | 6    | 4            | 63,4                        |               |
|             | 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        | Запеканка творожная               | 170  | 25    | 11   | 25           | 290,9                       | 1             |
|             | Сгущенное молоко                  | 30   | 2     | 3    | 17           | 96                          |               |
|             | Кисель                            | 180  | 1     |      | 18           | 72,8                        | 2             |
|             |                                   |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                   |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                   | 1800 | 74    | 67   | 261          | 1829,5                      | 16            |

МЕНЮ



Ясли 26 марта 2026 г.

| 1           | 2                            | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8         |
|-------------|------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|-----------|
| Приём пищи  | Наименование                 | Вес  | Белки | Жиры | Углево<br>ды | Энерг<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша пшенная молочная        | 150  | 4,5   | 6    | 26           | 166,2                       | 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        | Суп рассольник               | 150  | 3,1   | 7    | 20           | 89,8                        | 5         |
|             | Макароны отварные            | 90   | 3,4   | 4    | 22           | 126,7                       |           |
|             | Гуляш из говядины            | 60   | 10,9  | 13   | 4            | 165,8                       | 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        | Салат Сказка                 | 180  | 4,2   | 1    | 14           | 76,2                        |           |
|             | Яйцо варёное.                | 25   | 3,2   | 3    | 1            | 39,3                        |           |
|             | Чай с сахаром                | 150  | 0,2   |      | 11           | 42                          |           |
|             |                              |      |       |      |              |                             |           |
|             |                              | 1460 | 44,6  | 53   | 203          | 1325,3                      | 18        |

МЕНЮ



Сад 26 марта 2026 г.

| 1           | 2                            | 3    | 4     | 5    | 6            | 7                           | 8         |
|-------------|------------------------------|------|-------|------|--------------|-----------------------------|-----------|
| Приём пищи  | Наименование                 | Вес  | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Энерг<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С |
| 1-й ЗАВТРАК | Каша пшенная молочная        | 205  | 7     | 8    | 35           | 227,2                       | 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        | Суп рассольник               | 200  | 5     | 10   | 26           | 119,7                       | 6         |
|             | Макароны отварные            | 110  | 5     | 4    | 26           | 154,9                       |           |
|             | Гуляш из говядины            | 80   | 15    | 17   | 5            | 221,1                       | 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        | Салат Сказка                 | 200  | 5     | 1    | 16           | 84,6                        |           |
|             | Яйцо варёное.                | 25   | 4     | 3    | 1            | 39,3                        |           |
|             | Чай с сахаром                | 180  | 1     |      | 13           | 50,4                        |           |
|             |                              |      |       |      |              |                             |           |
|             |                              | 1775 | 65    | 67   | 249          | 1655,7                      | 20        |

МЕНЮ



Ясли

27 марта

2026 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 рыбой          | 150  | 8     | 3    | 5            | 69,8                        |               |
|             | Жаркое по домашнему               | 150  | 16,9  | 14   | 20           | 267,3                       | 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        | Калитка с картошкой               | 100  | 3,4   | 9    | 19           | 157                         |               |
|             | Чай с сахаром                     | 150  | 0,2   |      | 11           | 42                          |               |
|             | Фрукт                             | 140  | 1     | 4    | 21           | 70                          |               |
|             |                                   |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                   | 1535 | 49,6  | 57   | 205          | 1372,5                      | 12            |

МЕНЮ



Сад

27 марта

2026 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 "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 рыбой          | 200  | 11    | 4    | 6            | 93                          |               |
|             | Жаркое по домашнему               | 200  | 23    | 19   | 26           | 356,4                       | 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        | Калитка с картошкой               | 100  | 4     | 9    | 19           | 157                         |               |
|             | Чай с сахаром                     | 180  | 1     |      | 13           | 50,4                        |               |
|             | Фрукт                             | 160  | 2     | 4    | 24           | 80                          |               |
|             |                                   |      |       |      |              |                             |               |
|             |                                   | 1862 | 72    | 69   | 247          | 1700,4                      | 12            |