

МЕНЮ

Ясли

27 апреля

2026 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность (ккал)	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	
	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	42,1	60	205	1450,8	14

МЕНЮ

Сад

27 апреля

2026 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углевод	Энерг. ценность (ккал)	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	
	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	63	74	251	1804,8	15

МЕНЮ**Ясли**

28 апреля

2026 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность (ккал)	Витамины С
1-й ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	150	5,3	5	29	180,7	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	
	Картофельное пюре	90	2	4	14	96,3	3
	Котлета куриная	60	6,7	8	5	111,7	1
	Свежий огурец	30	0,2	1	2	4,5	
	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	Салат Винегрет овощной	180	2,3	19	15	232,7	12
	Чай с сахаром	150	0,2		11	42	
	Печенье	20	1,4	4	14	90	
		1495	35,2	65	193	1390,6	29

МЕНЮ**Сад**

28 апреля

2026 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность (ккал)	Витамин С
1-й ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	205	8	7	40	246,9	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	
	Картофельное пюре	110	3	5	18	117,7	3
	Котлета куриная	80	9	10	7	148,9	1
	Свежий огурец	30	1	1	2	4,5	
	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 Винегрет овощной	200	3	21	17	258,6	13
	Чай с сахаром	180	1		13	50,4	
	Печенье	20	2	4	14	90	
		1812	52	76	235	1692	31

МЕНЮ**Ясли**

29 апреля

2026 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
1-й ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная	150	5,5	6	26	178,5	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 картофельный с рыбой	150	8	3	5	69,8	
	Греча отварная	90	5,3	4	27	158,3	
	Гуляш из птицы	60	9,3	2	2	60,8	
	Свежий помидор	30	0,3	1	1	5,4	
	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
		1465	65,8	43	213	1426,1	13

МЕНЮ**Сад**

29 апреля

2026 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
1-й ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная	205	8	9	36	244	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 картофельный с рыбой	200	11	4	6	93	
	Греча отварная	110	7	4	33	193,5	
	Гуляш из птицы	80	13	3	2	81,1	
	Свежий помидор	30	1	1	1	5,4	
	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	Вареники ленивые творожные	170	27	8	27	284,4	
	Сгущенное молоко	30	2	3	17	96	
	Кисель	180	1		18	72,8	2
		1780	90	52	256	1740,5	14

МЕНЮ**Ясли**

30 апреля

2026 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность (ккал)	Витамины С
1-й ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная	150	5,5	6	26	178,5	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	Щи из св. капусты со сметаной	150	1,3	4	7	64,7	8
	Макаронные отварные	90	3,4	4	22	126,7	
	Сосиска	60	6,6	15	1	160,2	
	Салат из свеклы с соевым 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	Колоб	100	12	8	66	380,3	
	Чай с сахаром	150	0,2		11	42	
	Фрукт	140	1	4	21	70	
		1535	45,7	65	263	1692,5	20

МЕНЮ**Сад**

30 апреля

2026 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность (ккал)	Витамины С
1-й ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная	205	8	9	36	244	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	Щи из св. капусты со сметаной	200	2	6	9	86,3	10
	Макаронные отварные	110	5	4	26	154,9	
	Сосиска	60	7	15	1	160,2	
	Салат из свеклы с соевым 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	Колоб	100	12	8	66	380,3	
	Чай с сахаром	180	1		13	50,4	
	Фрукт	160	2	4	24	80	
		1840	61	76	306	1978	23