

СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

# МЕНЮ

17 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5.5	6.8	26.9	191
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ (аллергики)	150	6.5	6.4	49.3	280
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.6	0.6	17.6	81
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.3	12.5	82
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.2		10	41
<b>Итого</b>		<b>9.8</b>	<b>9.7</b>	<b>57</b>	<b>354</b>
<b>II Завтрак</b>					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4.4	6	6.3	81
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		8.3	34
<b>Итого</b>		<b>4.4</b>	<b>6</b>	<b>6.3</b>	<b>81</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.4	0.1	1.5	10
РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3.7	8.2	9	128
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	13.4	7.4	2.2	144
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4.1	3.7	26.3	155
СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0.4	1.3	1.5	19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	150	0.1	0.1	8.1	34
<b>Итого</b>		<b>24.9</b>	<b>21.6</b>	<b>67.4</b>	<b>583</b>
<b>Полдник</b>					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	15.7	15.7	13.6	260
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.4	0.4	9.3	45
<b>Итого</b>		<b>18.2</b>	<b>16.5</b>	<b>46.6</b>	<b>411</b>
<b>Всего</b>		<b>57.3</b>	<b>53.8</b>	<b>177.3</b>	<b>1429</b>

Медсестра \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

# МЕНЮ

20 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ	150	11.7	20.4	12.3	282
КАША РИСОВАЯ С САХАРОМ (аллергики)	150	3.5	5.4	47	250
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.3	12.5	82
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.2		10	41
<b>Итого</b>		<b>15.9</b>	<b>23.3</b>	<b>35.1</b>	<b>416</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
<b>Итого</b>		<b>0.8</b>	<b>0.2</b>	<b>15.2</b>	<b>65</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3.8	8.1	8.6	125
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10.4	6.1	2.6	107
КУРА ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	14.8	14.9	0.4	194
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	120	2.7	7.8	20.4	165
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.5	0.2	14.1	70
<b>Итого</b>		<b>20.2</b>	<b>23</b>	<b>64.5</b>	<b>560</b>
<b>Полдник</b>					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	13.9	18	14.6	276
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	3.4	3.1	23.9	136
<b>Итого</b>		<b>18.7</b>	<b>21.3</b>	<b>53.2</b>	<b>478</b>
<b>Всего</b>		<b>55.6</b>	<b>67.8</b>	<b>168</b>	<b>1519</b>

Медсестра \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

# МЕНЮ

21 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5.5	6.4	26.2	184
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	3.3	3.2	22	129
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.6	0.6	17.6	81
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.6	3.6	16.8	119
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.2		8.2	33
<b>Итого</b>		<b>11.7</b>	<b>10.6</b>	<b>60.6</b>	<b>384</b>
<b>II Завтрак</b>					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.4	3.8	6	80
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		8.3	34
<b>Итого</b>		<b>4.4</b>	<b>3.8</b>	<b>6</b>	<b>80</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.4	0.1	1.5	10
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	180	5.5	4.3	22.9	153
ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	15.9	17.4	0.7	223
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4.1	3.7	26.3	155
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	15.2	62
<b>Итого</b>		<b>28.8</b>	<b>26.4</b>	<b>85.4</b>	<b>696</b>
<b>Полдник</b>					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	24.2	15.7	23	338
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0.4	1	2.7	22
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.1		5.4	23
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.5	2	14.9	83
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0.9	0.2	7.7	41
<b>Итого</b>		<b>27.1</b>	<b>18.9</b>	<b>53.7</b>	<b>507</b>
<b>Всего</b>		<b>72</b>	<b>59.7</b>	<b>205.7</b>	<b>1667</b>

Медсестра \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
Обухова Н.В./

# МЕНЮ

22 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	150	4.7	6.8	20.8	164
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (аллергики)	150	1.4	3.9	14.9	100
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3.8	3.5	10.3	89
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.5	4.6	16.4	131
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.2		13.7	56
<b>Итого</b>		<b>14</b>	<b>14.9</b>	<b>47.5</b>	<b>384</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.2	3.8	6.8	85
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		8.3	34
<b>Итого</b>		<b>4.2</b>	<b>3.8</b>	<b>6.8</b>	<b>85</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	40	1.5	3.3	3	48
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	180	6.2	5.8	7.6	108
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10.2	2.9	3.4	92
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	3	3.3	17.3	111
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6.7	27
<b>Итого</b>		<b>23.7</b>	<b>16.1</b>	<b>56.8</b>	<b>479</b>
<b>Полдник</b>					
КНЕЛИ РЫБНЫЕ	60	8.8	3.7	3.5	83
МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	17.6	15.1	0.4	207
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1.7	1.6	7.8	57
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	5.5	3	21.4	135
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.4	0.4	9.3	45
<b>Итого</b>		<b>18.5</b>	<b>9.1</b>	<b>65.7</b>	<b>426</b>
<b>Всего</b>		<b>60.4</b>	<b>43.9</b>	<b>176.8</b>	<b>1374</b>



# МЕНЮ

23 января 2025 г.

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12.6	17	2.3	213
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ (аллергики)	120	5.2	5.1	39.4	224
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ)	30	0.9	1.2	1.9	22
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.3	12.5	82
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.2		10	41
<b>Итого</b>		<b>17.7</b>	<b>21.1</b>	<b>27</b>	<b>369</b>
<b>II Завтрак</b>					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4.4	6	6.3	81
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		7	28
<b>Итого</b>		<b>4.4</b>	<b>6</b>	<b>6.3</b>	<b>81</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	4.1	8.3	11.4	139
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	60	10.2	13.2	9.2	196
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	7	5.3	31.7	202
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0.2		9.6	40
<b>Итого</b>		<b>24.3</b>	<b>27.6</b>	<b>80.7</b>	<b>670</b>
<b>Полдник</b>					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКИ"	60	7.4	10	9.6	158
ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	115	5	5.9	13.8	130
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1	0.1	24.8	104
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.6	0.7	15.5	71
<b>Итого</b>		<b>15.3</b>	<b>16.9</b>	<b>72.2</b>	<b>504</b>
<b>Всего</b>		<b>61.7</b>	<b>71.6</b>	<b>186.2</b>	<b>1624</b>

Медсестра \_\_\_\_\_



# МЕНЮ

24 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.8	6.3	23	164
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1.5	3.3	18.8	111
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.6	3.6	16.8	119
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.2		13.7	56
<b>Итого</b>		<b>9.9</b>	<b>10.5</b>	<b>50.1</b>	<b>335</b>
<b>II Завтрак</b>					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.4	3.8	6	80
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		8.3	34
<b>Итого</b>		<b>4.4</b>	<b>3.8</b>	<b>6</b>	<b>80</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.4	0.1	1.5	10
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	4.4	5.1	6.3	92
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	8.4	3.5	4.2	83
КУРА ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	14.8	14.9	0.4	194
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2.6	4.4	17.7	121
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
<b>Итого</b>		<b>19.4</b>	<b>14.1</b>	<b>63.7</b>	<b>464</b>
<b>Полдник</b>					
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	13.2	7.3	2.2	142
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1.7	3.4	9.6	80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0.1		7.6	30
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	5.4	3	17.3	118
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	95	0.8	0.2	7.1	36
<b>Итого</b>		<b>22.5</b>	<b>14.1</b>	<b>52.3</b>	<b>447</b>
<b>Всего</b>		<b>56.2</b>	<b>42.5</b>	<b>172.1</b>	<b>1326</b>

Медсестра \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
Обухова Н.В./

# МЕНЮ

27 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3.8	3.5	10.3	89
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5	7.4	20.3	168
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2.7	4.4	17.6	120
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.5	4.6	16.4	131
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.2		8.2	33
<b>Итого</b>		<b>14.3</b>	<b>15.5</b>	<b>47</b>	<b>388</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.2	3.8	6.8	85
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		8.3	34
<b>Итого</b>		<b>4.2</b>	<b>3.8</b>	<b>6.8</b>	<b>85</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	40	0.3		0.7	5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3.8	8.1	8.6	125
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	60	8.4	12.8	6.8	176
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	120	2.5	2.7	10.9	79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6.7	27
<b>Итого</b>		<b>17.8</b>	<b>24.4</b>	<b>52.5</b>	<b>505</b>
<b>Полдник</b>					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10.4	6.1	2.6	107
МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	17.6	15.1	0.4	207
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	2.3	4	15.3	107
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		5.2	21
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40	3.3	3	23.8	136
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.4	0.4	9.3	45
<b>Итого</b>		<b>17.8</b>	<b>13.7</b>	<b>64.7</b>	<b>457</b>
<b>Всего</b>		<b>54.1</b>	<b>57.4</b>	<b>171</b>	<b>1435</b>

СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
Обухова Н.В/

# МЕНЮ

28 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.6	0.6	17.6	81
КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	150	5.3	8.1	29.8	217
КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ) (аллергики)	150	3.7	6.8	27.2	188
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.3	12.5	82
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.2		13.7	56
<b>Итого</b>		<b>9.6</b>	<b>11</b>	<b>59.9</b>	<b>380</b>
<b>II Завтрак</b>					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4.4	6	6.3	81
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		7	28
<b>Итого</b>		<b>4.4</b>	<b>6</b>	<b>6.3</b>	<b>81</b>
<b>Обед</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0.5	4.1	3	51
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)	180	5.5	2.1	12.8	93
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (аллергики)	180	4.7	4.5	12.9	111
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	10.1	10.5	10.1	175
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2.4	3.8	14.6	103
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
<b>Итого</b>		<b>22.1</b>	<b>21.5</b>	<b>74.5</b>	<b>580</b>
<b>Полдник</b>					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	24.3	15.8	23	338
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0.4	1	2.7	22
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.1		5.4	23
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.5	2	14.9	83
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0.9	0.2	7.7	41
<b>Итого</b>		<b>27.2</b>	<b>19</b>	<b>53.7</b>	<b>507</b>
<b>Всего</b>		<b>63.3</b>	<b>57.5</b>	<b>194.4</b>	<b>1548</b>

Медсестра \_\_\_\_\_





# МЕНЮ

29 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12.7	17.2	2.3	215
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ (аллергики)	120	5.2	5.1	39.4	224
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый)	30	0.9	1.2	1.9	22
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.6	3.6	16.8	119
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.2		13.4	54
<b>Итого</b>		<b>19.7</b>	<b>22.6</b>	<b>31.3</b>	<b>408</b>
<b>II Завтрак</b>					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	150	4.4	3.8	6	80
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		8.3	34
<b>Итого</b>		<b>4.4</b>	<b>3.8</b>	<b>6</b>	<b>80</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)	180	6.8	8.2	9.5	139
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	60	10.2	13.2	9.2	196
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)	120	2.1	5.6	11.7	110
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0.8	0.1	20.6	87
<b>Итого</b>		<b>22.7</b>	<b>27.9</b>	<b>69.8</b>	<b>625</b>
<b>Полдник</b>					
КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	60	11.7	11.7	4.4	170
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (1 ВАРИАНТ)	115	1.9	4.4	12.3	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0.1	0.1	7.9	34
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	40	4.1	1.3	23.2	121
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	95	0.4	0.3	9.8	45
<b>Итого</b>		<b>19.5</b>	<b>18</b>	<b>66.1</b>	<b>507</b>
<b>Всего</b>		<b>66.3</b>	<b>72.3</b>	<b>173.2</b>	<b>1620</b>

Медсестра \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
Обухова Н.В./**МЕНЮ**

30 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.5	6.2	22.1	162
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2.2	3.3	18	110
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.5	4.7	10.3	90
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	170/10	0.1		7.6	30
<b>Итого</b>		<b>7.6</b>	<b>11.5</b>	<b>50.3</b>	<b>334</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4.2	3.8	6.8	85
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		8.3	34
<b>Итого</b>		<b>4.2</b>	<b>3.8</b>	<b>6.8</b>	<b>85</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0.6	2.1	6.8	48
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	4.4	4.9	7.6	95
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	60	8.4	3.4	5.4	85
МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	17.6	15.1	0.4	207
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2.6	4.4	17.7	121
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
<b>Итого</b>		<b>19.6</b>	<b>15.8</b>	<b>71.5</b>	<b>507</b>
<b>Полдник</b>					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	7.6	8.7	5.4	130
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	115	4.9	8.5	22.2	187
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	5.5	3.1	21.4	135
<b>Итого</b>		<b>19.4</b>	<b>20.5</b>	<b>63.7</b>	<b>518</b>
<b>Всего</b>		<b>50.8</b>	<b>51.6</b>	<b>192.3</b>	<b>1444</b>

Медсестра \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
Обухова Н.В./

# МЕНЮ

31 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5.5	6.8	26.9	191
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	6.5	6.4	39.6	242
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.6	0.6	17.6	81
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.3	12.5	82
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.2		13.4	54
<b>Итого</b>		<b>9.8</b>	<b>9.7</b>	<b>57</b>	<b>354</b>
<b>II Завтрак</b>					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	150	4.4	6	6.3	81
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0.1		7	28
<b>Итого</b>		<b>4.4</b>	<b>6</b>	<b>6.3</b>	<b>81</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.4	0.1	1.5	10
РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3.7	8.2	9	128
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	13.4	7.4	2.2	144
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4.1	3.7	26.3	155
СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0.4	1.3	1.5	19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	150	0.1	0.1	8.1	34
<b>Итого</b>		<b>24.9</b>	<b>21.6</b>	<b>67.4</b>	<b>583</b>
<b>Полдник</b>					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	15.7	15.7	13.6	260
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.4	0.4	9.3	45
<b>Итого</b>		<b>18.2</b>	<b>16.5</b>	<b>46.6</b>	<b>411</b>
<b>Всего</b>		<b>57.3</b>	<b>53.8</b>	<b>177.3</b>	<b>1429</b>

Медсестра \_\_\_\_\_