

СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

# МЕНЮ

3 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                   | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                              |       |                   |         |             |                                     |
| ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ                                     | 150   | 11.7              | 20.4    | 12.3        | 282                                 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"                              | 150   | 2.7               | 4.4     | 16.1        | 115                                 |
| ЖИДКАЯ (аллергии)                                    | 20    | 1.5               | 0.6     | 10.3        | 52                                  |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 180   | 2.7               | 2.3     | 12.5        | 82                                  |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                        | 180   | 0.2               |         | 8.2         | 33                                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                             | 180   |                   |         |             |                                     |
| Итого                                                |       | 15.9              | 23.3    | 35.1        | 416                                 |
| II Завтрак                                           |       |                   |         |             |                                     |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)                             | 150   | 0.8               | 0.2     | 15.2        | 65                                  |
| Итого                                                |       | 0.8               | 0.2     | 15.2        | 65                                  |
| Обед                                                 |       |                   |         |             |                                     |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ОГУРЦЫ)                 | 40    |                   |         |             |                                     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С<br>МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 180   | 3.8               | 8.1     | 8.6         | 125                                 |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                        | 60    | 10.4              | 6.1     | 2.6         | 107                                 |
| МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ<br>(аллергии)               | 60    | 17.6              | 15.1    | 0.4         | 207                                 |
| КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ                          | 120   | 2.7               | 7.8     | 20.4        | 165                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                |       | 20.2              | 23      | 64.5        | 560                                 |
| Полдник                                              |       |                   |         |             |                                     |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                        | 160   | 13.9              | 18      | 14.7        | 276                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                 |
| Итого                                                |       | 18.7              | 21.3    | 53.3        | 478                                 |
| Всего                                                |       | 55.6              | 67.8    | 168.1       | 1519                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

**МЕНЮ**

4 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                                           | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                                              |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                                                      |       |                   |         |             |                                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ<br>С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                         | 150   | 5.5               | 6.4     | 26.2        | 184                                 |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ<br>(аллергики)                                         | 150   | 3.3               | 3.4     | 22          | 132                                 |
| 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               |         | 13.7        | 56                                  |
| Итого                                                                        |       | 11.7              | 10.6    | 60.6        | 384                                 |
| II Завтрак                                                                   |       |                   |         |             |                                     |
| КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%                                                            | 150   | 4.4               | 3.8     | 6           | 80                                  |
| Итого                                                                        |       | 4.4               | 3.8     | 6           | 80                                  |
| Обед                                                                         |       |                   |         |             |                                     |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ПОМИДОРЫ)                                       | 40    | 0.4               | 0.1     | 1.5         | 10                                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ<br>((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ<br>ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА) | 180   | 5.5               | 4.3     | 23          | 153                                 |
| ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ                                                           | 60    | 16                | 17.5    | 0.7         | 224                                 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                                                  | 110   | 4.1               | 3.7     | 26.3        | 155                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                                        |       | 28.9              | 26.5    | 85.5        | 697                                 |
| Полдник                                                                      |       |                   |         |             |                                     |
| 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                                  |
| Итого                                                                        |       | 27.2              | 19      | 53.7        | 507                                 |
| Всего                                                                        |       | 72.2              | 59.9    | 205.8       | 1668                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
Юбухова Н.В.

# МЕНЮ

5 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                 | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|----------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                    |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                            |       |                   |         |             |                                     |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)   | 150   | 4.7               | 6.8     | 20.8        | 164                                 |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ<br>"ДРУЖБА" (аллергии) | 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 (аллергии)                           | 180   | 0.2               |         | 13.7        | 56                                  |
| Итого                                              |       | 14                | 14.9    | 47.5        | 384                                 |
| II Завтрак                                         |       |                   |         |             |                                     |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%                        | 150   | 4.2               | 3.8     | 6.8         | 85                                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                           | 150   | 0.1               |         | 8.3         | 34                                  |
| Итого                                              |       | 4.2               | 3.8     | 6.8         | 85                                  |
| Обед                                               |       |                   |         |             |                                     |
| 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<br>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                                  |
| Итого                                              |       | 23.7              | 16.1    | 56.8        | 479                                 |
| Полдник                                            |       |                   |         |             |                                     |
| КНЕЛИ РЫБНЫЕ                                       | 60    | 8.8               | 3.7     | 3.5         | 83                                  |
| МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ<br>(аллергии)             | 60    | 17.6              | 15.1    | 0.4         | 207                                 |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ<br>СОУСЕ            | 115   | 1.7               | 1.6     | 7.8         | 57                                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                              |       | 18.5              | 9.1     | 65.7        | 426                                 |
| Всего                                              |       | 60.4              | 43.9    | 176.8       | 1374                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

# МЕНЮ

5 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                  | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                             |       |                   |         |             |                                     |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)    | 150   | 4.7               | 6.8     | 20.8        | 164                                 |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ<br>"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                                  |
| Итого                                               |       | 14                | 14.9    | 47.5        | 384                                 |
| II Завтрак                                          |       |                   |         |             |                                     |
| 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                                  |
| Итого                                               |       | 4.2               | 3.8     | 6.8         | 85                                  |
| Обед                                                |       |                   |         |             |                                     |
| 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<br>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                                  |
| Итого                                               |       | 23.7              | 16.1    | 56.8        | 479                                 |
| Полдник                                             |       |                   |         |             |                                     |
| КНЕЛИ РЫБНЫЕ                                        | 60    | 8.8               | 3.7     | 3.5         | 83                                  |
| МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ<br>(аллергики)             | 60    | 17.6              | 15.1    | 0.4         | 207                                 |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ<br>СОУСЕ             | 115   | 1.7               | 1.6     | 7.8         | 57                                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                               |       | 18.5              | 9.1     | 65.7        | 426                                 |
| Всего                                               |       | 60.4              | 43.9    | 176.8       | 1374                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
Обухова Н.В.

**МЕНЮ**

6 марта 2025 г.

**Ясли 12 часов**

| Наименование блюда                                   | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                              |       |                   |         |             |                                     |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                    | 120   | 12.6              | 17      | 2.3         | 213                                 |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)                       | 120   | 1.8               | 2.7     | 15.6        | 93                                  |
| ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ<br>ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ) | 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               |         | 8.2         | 33                                  |
| Итого                                                |       | 17.7              | 21.1    | 27          | 369                                 |
| II Завтрак                                           |       |                   |         |             |                                     |
| РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%                                  | 150   | 4.4               | 6       | 6.3         | 81                                  |
| Итого                                                |       | 4.4               | 6       | 6.3         | 81                                  |
| Обед                                                 |       |                   |         |             |                                     |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ОГУРЦЫ)                 | 40    |                   |         |             |                                     |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С<br>МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)     | 180   | 4.1               | 8.3     | 11.4        | 139                                 |
| КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)<br>(БИТОЧКИ)                | 60    | 10.2              | 13.2    | 9.2         | 196                                 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                           | 120   | 7                 | 5.3     | 31.7        | 202                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                |       | 24.3              | 27.6    | 80.7        | 670                                 |
| Полдник                                              |       |                   |         |             |                                     |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ -<br>"ЁЖИКИ"             | 60    | 7.4               | 10      | 9.6         | 158                                 |
| ПУДИНГ ОВОЩНОЙ                                       | 115   | 5                 | 5.9     | 13.8        | 130                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                |       | 15.3              | 16.9    | 72.2        | 504                                 |
| Всего                                                |       | 61.7              | 71.6    | 186.2       | 1624                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

**МЕНЮ**

7 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                        | Выход  | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                           |        | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                                   |        |                   |         |             |                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                         | 20     | 1.5               | 0.6     | 10.3        | 52                                  |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ        | 150    | 3.8               | 6.3     | 23          | 164                                 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)                            | 150    | 1.5               | 3.3     | 18.5        | 109                                 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                | 180    | 4.6               | 3.6     | 16.8        | 119                                 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                                  | 180    | 0.2               |         | 8.2         | 33                                  |
| Итого                                                     |        | 9.9               | 10.5    | 50.1        | 335                                 |
| II Завтрак                                                |        |                   |         |             |                                     |
| КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%                                         | 150    | 4.4               | 3.8     | 6           | 80                                  |
| Итого                                                     |        | 4.4               | 3.8     | 6           | 80                                  |
| Обед                                                      |        |                   |         |             |                                     |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ПОМИДОРЫ)                    | 40     | 0.4               | 0.1     | 1.5         | 10                                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 180    | 4.4               | 5.1     | 6.3         | 92                                  |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ                               | 60     | 8.4               | 3.5     | 4.2         | 83                                  |
| МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ<br>(аллергии)                    | 60     | 17.6              | 15.1    | 0.4         | 207                                 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                         | 120    | 2.6               | 4.4     | 17.7        | 121                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                     |        | 19.4              | 14.1    | 63.7        | 464                                 |
| Полдник                                                   |        |                   |         |             |                                     |
| ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                               | 60     | 13.2              | 7.3     | 2.2         | 142                                 |
| МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ<br>СОУСЕ                    | 115    | 1.7               | 3.4     | 9.6         | 80                                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                     |        | 22.5              | 14.1    | 52.3        | 447                                 |
| Всего                                                     |        | 56.2              | 42.5    | 172.1       | 1326                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДО  
/Обухов

СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДО  
/Обухов

10 марта 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         | 15.9         | 113                           |
| 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>14.3</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               | 12.9        | 6.8          | 177                           |
| 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>24.5</b> | <b>52.5</b>  | <b>506</b>                    |
| <b>Полдник</b>                                             |       |                   |             |              |                               |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                              | 60    | 10.6              | 6.3         | 2.6          | 110                           |
| 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    | 3.4               | 3.1         | 23.9         | 137                           |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                                     | 95    | 0.4               | 0.4         | 9.3          | 45                            |
| <b>Итого</b>                                               |       | <b>18.1</b>       | <b>14</b>   | <b>64.8</b>  | <b>461</b>                    |
| <b>Всего</b>                                               |       | <b>54.4</b>       | <b>57.8</b> | <b>171.1</b> | <b>1440</b>                   |



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

**МЕНЮ**

11 марта 2025 г.

**Ясли 12 часов**

| Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                           |       |                   |         |             |                                     |
| 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               |         | 13.4        | 54                                  |
| Итого                                             |       | 9.6               | 11      | 59.9        | 380                                 |
| II Завтрак                                        |       |                   |         |             |                                     |
| РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%                               | 150   | 4.4               | 6       | 6.3         | 81                                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                         | 150   | 0.1               |         | 7           | 28                                  |
| Итого                                             |       | 4.4               | 6       | 6.3         | 81                                  |
| Обед                                              |       |                   |         |             |                                     |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                                  | 40    | 0.5               | 4.1     | 3           | 51                                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)                        | 180   | 5.5               | 2.1     | 12.8        | 93                                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)          | 180   | 3.9               | 3.9     | 13.9        | 106                                 |
| 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                                  |
| Итого                                             |       | 22.1              | 21.5    | 74.5        | 580                                 |
| Полдник                                           |       |                   |         |             |                                     |
| 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                                  |
| Итого                                             |       | 27.2              | 19      | 53.7        | 507                                 |
| Всего                                             |       | 63.3              | 57.5    | 194.4       | 1548                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

# МЕНЮ

12 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                   | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                              |       |                   |         |             |                                     |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                    | 120   | 12.6              | 17.1    | 2.3         | 213                                 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)                      | 120   | 1.2               | 2.7     | 14.9        | 88                                  |
| ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ<br>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               |         | 13.7        | 56                                  |
| Итого                                                |       | 19.6              | 22.5    | 31.3        | 406                                 |
| II Завтрак                                           |       |                   |         |             |                                     |
| КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%                                    | 150   | 4.4               | 3.8     | 6           | 80                                  |
| Итого                                                |       | 4.4               | 3.8     | 6           | 80                                  |
| Обед                                                 |       |                   |         |             |                                     |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ОГУРЦЫ)                 | 40    |                   |         |             |                                     |
| СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)                        | 180   | 6.8               | 8.2     | 9.5         | 139                                 |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)<br>(КОТЛЕТЫ)               | 60    | 10.2              | 13.2    | 9.2         | 196                                 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)                           | 120   | 2.1               | 5.6     | 11.8        | 110                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                |       | 22.7              | 27.9    | 69.9        | 625                                 |
| Полдник                                              |       |                   |         |             |                                     |
| 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<br>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                                  |
| Итого                                                |       | 19.5              | 18      | 66.1        | 507                                 |
| Всего                                                |       | 66.2              | 72.2    | 173.3       | 1618                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

## МЕНЮ

13 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                              | Выход  | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                 |        | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                         |        |                   |         |             |                               |
| 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                            |
| Итого                                           |        | 7.6               | 11.5    | 50.3        | 334                           |
| II Завтрак                                      |        |                   |         |             |                               |
| 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                            |
| Итого                                           |        | 4.2               | 3.8     | 6.8         | 85                            |
| Обед                                            |        |                   |         |             |                               |
| 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                            |
| Итого                                           |        | 19.6              | 15.8    | 71.5        | 507                           |
| Полдник                                         |        |                   |         |             |                               |
| 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                           |
| Итого                                           |        | 19.4              | 20.5    | 63.7        | 518                           |
| Всего                                           |        | 50.8              | 51.6    | 192.3       | 1444                          |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель

ГБДОУ №37

/Обухова Н.В./

**МЕНЮ**

14 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                              | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                 |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                         |       |                   |         |             |                               |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150   | 5.5               | 6.8     | 26.9        | 191                           |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)                 | 150   | 3.3               | 3.6     | 22.7        | 136                           |
| 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                            |
| Итого                                           |       | 9.8               | 9.7     | 57          | 354                           |
| II Завтрак                                      |       |                   |         |             |                               |
| РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%                             | 150   | 4.4               | 6       | 6.3         | 81                            |
| Итого                                           |       | 4.4               | 6       | 6.3         | 81                            |
| Обед                                            |       |                   |         |             |                               |
| 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                            |
| Итого                                           |       | 24.9              | 21.6    | 67.4        | 583                           |
| Полдник                                         |       |                   |         |             |                               |
| 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                            |
| Итого                                           |       | 18.2              | 16.5    | 46.6        | 411                           |
| Всего                                           |       | 57.3              | 53.8    | 177.3       | 1429                          |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./



# МЕНЮ

17 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                           |       |                   |         |             |                                     |
| ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ                                  | 150   | 11.7              | 20.4    | 12.3        | 282                                 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"                           | 150   | 2.7               | 4.4     | 16.1        | 115                                 |
| ЖИДКАЯ (аллергии)                                 | 20    | 1.5               | 0.6     | 10.3        | 52                                  |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 180   | 2.7               | 2.3     | 12.5        | 82                                  |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                     | 180   | 0.2               |         | 10          | 41                                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                          | 180   |                   |         |             |                                     |
| Итого                                             |       | 15.9              | 23.3    | 35.1        | 416                                 |
| II Завтрак                                        |       |                   |         |             |                                     |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)                          | 150   | 0.8               | 0.2     | 15.2        | 65                                  |
| Итого                                             |       | 0.8               | 0.2     | 15.2        | 65                                  |
| Обед                                              |       |                   |         |             |                                     |
| 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                                 |
| МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ (аллергии)               | 60    | 17.6              | 15.1    | 0.4         | 207                                 |
| 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                                  |
| Итого                                             |       | 20.2              | 23      | 64.5        | 560                                 |
| Полдник                                           |       |                   |         |             |                                     |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                     | 160   | 13.9              | 18      | 14.7        | 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                                 |
| Итого                                             |       | 18.7              | 21.3    | 53.3        | 478                                 |
| Всего                                             |       | 55.6              | 67.8    | 168.1       | 1519                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

# МЕНЮ

18 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                                           | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                                              |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                                                      |       |                   |         |             |                                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ<br>С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                         | 150   | 5.5               | 6.4     | 26.2        | 184                                 |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ<br>(аллергики)                                         | 150   | 3.3               | 3.4     | 22          | 132                                 |
| 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               |         | 10          | 41                                  |
| Итого                                                                        |       | 11.7              | 10.6    | 60.6        | 384                                 |
| II Завтрак                                                                   |       |                   |         |             |                                     |
| КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%                                                            | 150   | 4.4               | 3.8     | 6           | 80                                  |
| Итого                                                                        |       | 4.4               | 3.8     | 6           | 80                                  |
| Обед                                                                         |       |                   |         |             |                                     |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ПОМИДОРЫ)                                       | 40    | 0.4               | 0.1     | 1.5         | 10                                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ<br>((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ<br>ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА) | 180   | 5.5               | 4.3     | 23          | 153                                 |
| ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ                                                           | 60    | 16                | 17.5    | 0.7         | 224                                 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                                                  | 110   | 4.1               | 3.7     | 26.3        | 155                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                                        |       | 28.9              | 26.5    | 85.5        | 697                                 |
| Полдник                                                                      |       |                   |         |             |                                     |
| 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                                  |
| Итого                                                                        |       | 27.2              | 19      | 53.7        | 507                                 |
| Всего                                                                        |       | 72.2              | 59.9    | 205.8       | 1668                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

**МЕНЮ**

19 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                  | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                             |       |                   |         |             |                                     |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)    | 150   | 4.7               | 6.8     | 20.8        | 164                                 |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ<br>"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                                  |
| Итого                                               |       | 14                | 14.9    | 47.5        | 384                                 |
| II Завтрак                                          |       |                   |         |             |                                     |
| 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                                  |
| Итого                                               |       | 4.2               | 3.8     | 6.8         | 85                                  |
| Обед                                                |       |                   |         |             |                                     |
| 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<br>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                                  |
| Итого                                               |       | 23.7              | 16.1    | 56.8        | 479                                 |
| Полдник                                             |       |                   |         |             |                                     |
| КНЕЛИ РЫБНЫЕ                                        | 60    | 8.8               | 3.7     | 3.5         | 83                                  |
| МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ<br>(аллергики)             | 60    | 17.6              | 15.1    | 0.4         | 207                                 |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ<br>СОУСЕ             | 115   | 1.7               | 1.6     | 7.8         | 57                                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                               |       | 18.5              | 9.1     | 65.7        | 426                                 |
| Всего                                               |       | 60.4              | 43.9    | 176.8       | 1374                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

**МЕНЮ**

19 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                  | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                             |       |                   |         |             |                                     |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)    | 150   | 4.7               | 6.8     | 20.8        | 164                                 |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ<br>"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                                  |
| Итого                                               |       | 14                | 14.9    | 47.5        | 384                                 |
| II Завтрак                                          |       |                   |         |             |                                     |
| 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                                  |
| Итого                                               |       | 4.2               | 3.8     | 6.8         | 85                                  |
| Обед                                                |       |                   |         |             |                                     |
| 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<br>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                                  |
| Итого                                               |       | 23.7              | 16.1    | 56.8        | 479                                 |
| Полдник                                             |       |                   |         |             |                                     |
| КНЕЛИ РЫБНЫЕ                                        | 60    | 8.8               | 3.7     | 3.5         | 83                                  |
| МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ<br>(аллергики)             | 60    | 17.6              | 15.1    | 0.4         | 207                                 |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ<br>СОУСЕ             | 115   | 1.7               | 1.6     | 7.8         | 57                                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                               |       | 18.5              | 9.1     | 65.7        | 426                                 |
| Всего                                               |       | 60.4              | 43.9    | 176.8       | 1374                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

# МЕНЮ

20 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                   | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                              |       |                   |         |             |                                     |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                    | 120   | 12.6              | 17      | 2.3         | 213                                 |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ<br>(аллергики)                 | 120   | 2.6               | 2.8     | 18.9        | 111                                 |
| ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ<br>ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ) | 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               |         | 13.7        | 56                                  |
| Итого                                                |       | 17.7              | 21.1    | 27          | 369                                 |
| II Завтрак                                           |       |                   |         |             |                                     |
| РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%                                  | 150   | 4.4               | 6       | 6.3         | 81                                  |
| Итого                                                |       | 4.4               | 6       | 6.3         | 81                                  |
| Обед                                                 |       |                   |         |             |                                     |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ОГУРЦЫ)                 | 40    |                   |         |             |                                     |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С<br>МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)     | 180   | 4.1               | 8.3     | 11.4        | 139                                 |
| КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)<br>(БИТОЧКИ)                | 60    | 10.2              | 13.2    | 9.2         | 196                                 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                           | 120   | 7                 | 5.3     | 31.7        | 202                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                |       | 24.3              | 27.6    | 80.7        | 670                                 |
| Полдник                                              |       |                   |         |             |                                     |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ -<br>"ЁЖИКИ"             | 60    | 7.4               | 10      | 9.6         | 158                                 |
| ПУДИНГ ОВОЩНОЙ                                       | 115   | 5                 | 5.9     | 13.8        | 130                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                |       | 15.3              | 16.9    | 72.2        | 504                                 |
| Всего                                                |       | 61.7              | 71.6    | 186.2       | 1624                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

# МЕНЮ

21 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                        | Выход  | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                           |        | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                                   |        |                   |         |             |                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                         | 20     | 1.5               | 0.6     | 10.3        | 52                                  |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ        | 150    | 3.8               | 6.3     | 23          | 164                                 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)                           | 150    | 1.5               | 3.3     | 18.5        | 109                                 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                | 180    | 4.6               | 3.6     | 16.8        | 119                                 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                                 | 180    | 0.2               |         | 13.4        | 54                                  |
| Итого                                                     |        | 9.9               | 10.5    | 50.1        | 335                                 |
| II Завтрак                                                |        |                   |         |             |                                     |
| КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%                                         | 150    | 4.4               | 3.8     | 6           | 80                                  |
| Итого                                                     |        | 4.4               | 3.8     | 6           | 80                                  |
| Обед                                                      |        |                   |         |             |                                     |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ПОМИДОРЫ)                    | 40     | 0.4               | 0.1     | 1.5         | 10                                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 180    | 4.4               | 5.1     | 6.3         | 92                                  |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ                               | 60     | 8.4               | 3.5     | 4.2         | 83                                  |
| МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ<br>(аллергики)                   | 60     | 17.6              | 15.1    | 0.4         | 207                                 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                         | 120    | 2.6               | 4.4     | 17.7        | 121                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                     |        | 19.4              | 14.1    | 63.7        | 464                                 |
| Полдник                                                   |        |                   |         |             |                                     |
| ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                               | 60     | 13.2              | 7.3     | 2.2         | 142                                 |
| МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ<br>СОУСЕ                    | 115    | 1.7               | 3.4     | 9.6         | 80                                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                     |        | 22.5              | 14.1    | 52.3        | 447                                 |
| Всего                                                     |        | 56.2              | 42.5    | 172.1       | 1326                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

**МЕНЮ**

24 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                            | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                               |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                                       |       |                   |         |             |                                     |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                             | 30    | 3.8               | 3.5     | 10.3        | 89                                  |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ<br>"ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150   | 5                 | 7.4     | 20.3        | 168                                 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ (аллергии)                  | 150   | 2.7               | 4.4     | 16.1        | 115                                 |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                               | 180   | 5.5               | 4.6     | 16.4        | 131                                 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                                      | 180   | 0.2               |         | 13.7        | 56                                  |
| Итого                                                         |       | 14.3              | 15.5    | 47          | 388                                 |
| II Завтрак                                                    |       |                   |         |             |                                     |
| ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%                                   | 150   | 4.2               | 3.8     | 6.8         | 85                                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                                      | 150   | 0.1               |         | 7           | 28                                  |
| Итого                                                         |       | 4.2               | 3.8     | 6.8         | 85                                  |
| Обед                                                          |       |                   |         |             |                                     |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ<br>(ОГУРЦЫ)                        | 40    | 0.3               |         | 0.7         | 5                                   |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С<br>МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)          | 180   | 3.8               | 8.1     | 8.6         | 125                                 |
| КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ                                              | 60    | 8.4               | 12.9    | 6.8         | 177                                 |
| ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й<br>ВАРИАНТ)                       | 120   | 2.5               | 2.7     | 10.9        | 79                                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                         |       | 17.8              | 24.5    | 52.5        | 506                                 |
| Полдник                                                       |       |                   |         |             |                                     |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                                 | 60    | 10.6              | 6.3     | 2.6         | 110                                 |
| МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ<br>(аллергии)                        | 60    | 17.6              | 15.1    | 0.4         | 207                                 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ                                  | 115   | 2.3               | 4       | 15.3        | 107                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                           | 20    | 1.3               | 0.2     | 8.5         | 41                                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                 | 150   | 0.1               |         | 5.2         | 21                                  |
| БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"                                            | 40    | 3.4               | 3.1     | 23.9        | 137                                 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                                        | 95    | 0.4               | 0.4     | 9.3         | 45                                  |
| Итого                                                         |       | 18.1              | 14      | 64.8        | 461                                 |
| Всего                                                         |       | 54.4              | 57.8    | 171.1       | 1440                                |



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

**МЕНЮ**

25 марта 2025 г.

**Ясли 12 часов**

| Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                           |       |                   |         |             |                               |
| 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               |         | 13.4        | 54                            |
| Итого                                             |       | 9.6               | 11      | 59.9        | 380                           |
| II Завтрак                                        |       |                   |         |             |                               |
| РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%                               | 150   | 4.4               | 6       | 6.3         | 81                            |
| Итого                                             |       | 4.4               | 6       | 6.3         | 81                            |
| Обед                                              |       |                   |         |             |                               |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                                  | 40    | 0.5               | 4.1     | 3           | 51                            |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)                        | 180   | 5.5               | 2.1     | 12.8        | 93                            |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)          | 180   | 4.4               | 4.3     | 14          | 113                           |
| 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                            |
| Итого                                             |       | 22.1              | 21.5    | 74.5        | 580                           |
| Полдник                                           |       |                   |         |             |                               |
| 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                            |
| Итого                                             |       | 27.2              | 19      | 53.7        | 507                           |
| Всего                                             |       | 63.3              | 57.5    | 194.4       | 1548                          |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

**МЕНЮ**

26 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                   | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                              |       |                   |         |             |                                     |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                    | 120   | 12.7              | 17.2    | 2.3         | 215                                 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(аллергики)            | 120   | 6.8               | 5.7     | 30.6        | 200                                 |
| ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ<br>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               |         | 13.7        | 56                                  |
| Итого                                                |       | 19.7              | 22.6    | 31.3        | 408                                 |
| II Завтрак                                           |       |                   |         |             |                                     |
| КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%                                    | 150   | 4.4               | 3.8     | 6           | 80                                  |
| Итого                                                |       | 4.4               | 3.8     | 6           | 80                                  |
| Обед                                                 |       |                   |         |             |                                     |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ОГУРЦЫ)                 | 40    |                   |         |             |                                     |
| СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)                        | 180   | 6.8               | 8.2     | 9.5         | 139                                 |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)<br>(КОТЛЕТЫ)               | 60    | 10.2              | 13.2    | 9.2         | 196                                 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)                           | 120   | 2.1               | 5.6     | 11.8        | 110                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                |       | 22.7              | 27.9    | 69.9        | 625                                 |
| Полдник                                              |       |                   |         |             |                                     |
| 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<br>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                                  |
| Итого                                                |       | 19.5              | 18      | 66.1        | 507                                 |
| Всего                                                |       | 66.3              | 72.3    | 173.3       | 1620                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./

**МЕНЮ**

27 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                                 | Выход  | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|----------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                    |        | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                            |        |                   |         |             |                                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С<br>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                                  |
| Итого                                              |        | 7.6               | 11.5    | 50.3        | 334                                 |
| II Завтрак                                         |        |                   |         |             |                                     |
| 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                                  |
| Итого                                              |        | 4.2               | 3.8     | 6.8         | 85                                  |
| Обед                                               |        |                   |         |             |                                     |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ                      | 40     | 0.6               | 2.1     | 6.8         | 48                                  |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И<br>СМЕТАНОЙ)              | 180    | 4.4               | 4.9     | 7.6         | 95                                  |
| КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ<br>ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ) | 60     | 8.4               | 3.4     | 5.4         | 85                                  |
| МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ<br>(аллергики)            | 60     | 17.6              | 15.1    | 0.4         | 207                                 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                  | 120    | 2.6               | 4.4     | 17.7        | 121                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                              |        | 19.6              | 15.8    | 71.5        | 507                                 |
| Полдник                                            |        |                   |         |             |                                     |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ<br>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<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20     | 1.3               | 0.2     | 8.5         | 41                                  |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                                | 40     | 5.5               | 3.1     | 21.4        | 135                                 |
| Итого                                              |        | 19.4              | 20.5    | 63.7        | 518                                 |
| Всего                                              |        | 50.8              | 51.6    | 192.3       | 1444                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО



Руководитель  
ГБДОУ №37  
Обухова Н.В./

# МЕНЮ

28 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Наименование блюда                              | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                 |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                         |       |                   |         |             |                               |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150   | 5.5               | 6.8     | 26.9        | 191                           |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)                 | 150   | 3.3               | 3.6     | 22.7        | 136                           |
| 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                            |
| Итого                                           |       | 9.8               | 9.7     | 57          | 354                           |
| II Завтрак                                      |       |                   |         |             |                               |
| РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%                             | 150   | 4.4               | 6       | 6.3         | 81                            |
| Итого                                           |       | 4.4               | 6       | 6.3         | 81                            |
| Обед                                            |       |                   |         |             |                               |
| 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                            |
| Итого                                           |       | 24.9              | 21.6    | 67.4        | 583                           |
| Полдник                                         |       |                   |         |             |                               |
| 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                            |
| Итого                                           |       | 18.2              | 16.5    | 46.6        | 411                           |
| Всего                                           |       | 57.3              | 53.8    | 177.3       | 1429                          |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./**МЕНЮ**  
31 марта 2025 г.**Ясли 12 часов**

| Наименование блюда                                   | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                              |       |                   |         |             |                                     |
| ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ                                     | 150   | 11.7              | 20.4    | 12.3        | 282                                 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ (аллергики)        | 150   | 2.7               | 4.4     | 17.6        | 120                                 |
| 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               |         | 13.4        | 54                                  |
| Итого                                                |       | 15.9              | 23.3    | 35.1        | 416                                 |
| II Завтрак                                           |       |                   |         |             |                                     |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)                             | 150   | 0.8               | 0.2     | 15.2        | 65                                  |
| Итого                                                |       | 0.8               | 0.2     | 15.2        | 65                                  |
| Обед                                                 |       |                   |         |             |                                     |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ОГУРЦЫ)                 | 40    |                   |         |             |                                     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С<br>МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 180   | 3.8               | 8.1     | 8.6         | 125                                 |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                        | 60    | 10.4              | 6.1     | 2.6         | 107                                 |
| МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ<br>(аллергики)              | 60    | 17.6              | 15.1    | 0.4         | 207                                 |
| КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ                          | 120   | 2.7               | 7.8     | 20.4        | 165                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                |       | 20.2              | 23      | 64.5        | 560                                 |
| Полдник                                              |       |                   |         |             |                                     |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                        | 160   | 13.9              | 18      | 14.7        | 276                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                 |
| Итого                                                |       | 18.7              | 21.3    | 53.3        | 478                                 |
| Всего                                                |       | 55.6              | 67.8    | 168.1       | 1519                                |

Медсестра \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
ГБДОУ №37  
/Обухова Н.В./**МЕНЮ**  
**31 марта 2025 г.****Ясли 12 часов**

| Наименование блюда                                   | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                              |       |                   |         |             |                                     |
| ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ                                     | 150   | 11.7              | 20.4    | 12.3        | 282                                 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ (аллергики)        | 150   | 2.7               | 4.4     | 17.6        | 120                                 |
| 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               |         | 13.4        | 54                                  |
| Итого                                                |       | 15.9              | 23.3    | 35.1        | 416                                 |
| II Завтрак                                           |       |                   |         |             |                                     |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)                             | 150   | 0.8               | 0.2     | 15.2        | 65                                  |
| Итого                                                |       | 0.8               | 0.2     | 15.2        | 65                                  |
| Обед                                                 |       |                   |         |             |                                     |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ОГУРЦЫ)                 | 40    |                   |         |             |                                     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С<br>МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 180   | 3.8               | 8.1     | 8.6         | 125                                 |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                        | 60    | 10.4              | 6.1     | 2.6         | 107                                 |
| МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ<br>(аллергики)              | 60    | 17.6              | 15.1    | 0.4         | 207                                 |
| КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ                          | 120   | 2.7               | 7.8     | 20.4        | 165                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                  |
| Итого                                                |       | 20.2              | 23      | 64.5        | 560                                 |
| Полдник                                              |       |                   |         |             |                                     |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                        | 160   | 13.9              | 18      | 14.7        | 276                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>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                                 |
| Итого                                                |       | 18.7              | 21.3    | 53.3        | 478                                 |
| Всего                                                |       | 55.6              | 67.8    | 168.1       | 1519                                |

Медсестра \_\_\_\_\_