

Меню
на «02» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша пшеничная на сг.молоке с маслом сливочным	155	180	165,02/ 191,7
Бутерброд с маслом	30/3	37,5/5	112,2/ 144,5
Чай с сахаром	160	180	29,87/33,6
2 завтрак			
Сок фрукт. в ассортименте	150	180	64/ 76
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Салат из горошка зеленого консервированного	30	40	32,54
Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками	150/15	180/20	126,4/ 149,45
Котлета «Улыбка»	60/3	80/4	140/183
Капуста тушеная	120	150	55,3/79

Компот из апельсинов	150	180	103,9/ 124,7
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Манник	75	85	175,5/ 216,3
Соус фруктовый	50	50	28,8
Чай с лимоном	150	180	98,05/88,5
ИТОГО	1236,00	1535,0	1642,5

Белки 45,6/57,7

Жиры 38,5/47,9

Углеводы 137,8/166,6

Меню

на «03» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша жидкая пшеничная	150	180	130/156
Бутерброд с сыром	30/10	40/15	132,8/ 176

Кофейный напиток с молоком	160	180	70/91,0
2 завтрак			
Фрукт свежий	120	120	79,2
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Икра свекольная	30	50	56,8/ 68,16
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне сметаной	150/5	180/8	116,2/ 142,25
Шницель рубленый	50	70	164/219
Каша рисовая рассыпчатая	110	130	11,11/ 51,03
Компот из свежих плодов	150	180	67,05/ 33,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Омлет натуральный	130	150	236,3
Чай сладкий	150	180	56,4/ 124,7

Хлеб пшеничный	30	35	82,95
ИТОГО	1230	1434,5	1491,63

Белки 43,72/49,39

Жиры 38,32/42,95

Углеводы 187,47/184,30

Меню

на «04» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша вязкая "Дружба"	150/3	180/5	145,28/ 174,33
Бутерброд с повидлом	30/8	37,5/13	114,8/ 131,8
Чай с молоком	160	180	76,8/92,4
2 завтрак			
Плоды свежие	100	120	79,65/ 88,5
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Икра морковная	30	50	64,44/90,3

Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	150/5	200/8	61,5/ 90,2
Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	60	70	147/171,5
Макаронные изделия отварные с маслом	70/1	100/1,5	73,78/ 103,4
Компот из свежих яблок	150	180	67,2/87,8
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Пирожок печеный с морковью и яйцом	60	75	130,8/ 174,4
Напиток из шиповника	150	180	79/95
ИТОГО	1339,5	1654,0	1580,1

Белки 40,9/52,2

Жиры 39,4/50,0

Углеводы 154,1/186,3

Меню

на «05» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	

Суп молочный с макаронными изделиями	160	180	108,9/ 130,68
Бутерброд с маслом	30/3	40/5	132,8/ 176
Какао с молоком	150	200	89/107
2 завтрак			
Йогурт питьевой	120	150	79,65/ 88,5
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Огурец соленый	30	50	8,6
Суп картофельный с рыбой	150	180	100,35/ 133,8
Рыба отварная	60	80	80,6/ 138
Рагу из овощей	120	150	121/ 198,61
Компот из с/фруктов(изюм)	150	180	28/33,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал

	ясли	сад	
Сырники из творога	80	100	190,87/ 216,3
Соус молочный сладкий	50	50	50,75
Чай с сахаром	150	180	33,6
ИТОГО	1210	1530,5	1533,1

Белки 46,2/46,6

Жиры 46,2/49,2

Углеводы 130,5/193,7

Меню

на «06» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша молочная кукурузная жидкая	150/3	200/5	124,93/ 161,2
Бутерброд с сыром	30/10	37,5/15	69,15/ 93,5
Кофейный напиток с молоком	150	180	80,85/84
2 завтрак			
Бифидок	135	150	79,65/ 88,5

Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Икра свекольная	30	50	56,8
Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/3	180/4	89,7/ 107,64
Гуляш из отварного мяса	50	70	187,5
Картофельное пюре	110	130	66,2/ 104,13
Чай с лимоном	150	180	67,05/ 80,46
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Булочка домашняя	60	60	141,68
Сок фруктовый в ассортименте	150	180	64/ 76
ИТОГО	1244,00	1576,5	1598,8

Белки 49,94/56,08

Жиры 39,76/46,06

Углеводы 160,12/187,49

Меню

на «09» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке	160/3	200/5	175,67/ 204
Бутерброд с маслом	30/3	37,5/5	69,15/ 93,5
Чай с сахаром	160	200	29,87/33,6
2 завтрак			
Сок фруктовый в ассортименте	160	180	74,3/89,2
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Икра морковная	30	50	64,5/ 90,3
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	160/5	200/8	70,95/ 107,0
Тефтели	60	80	173/ 219,0
Макаронные изделия отварные	120	130	113,7/134,4
Напиток из шиповника	160	200	79/95
Хлеб ржано-пшеничный	35	40	66,55/76

Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Пудинг из творога с яблоками	80	100	170,77/ 213,47
Соус фруктовый	30	50	17,3/ 28,8
Чай с лимоном	150/3,5	180/7	29/34,8
ИТОГО	1227,00	1498,0	1523,7

Белки 35,18/44,76

Жиры 33,66/43,66

Углеводы 151,48/187,82

Меню

на «10» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Суп молочный с макаронными изделиями	160	200	116,16/ 145,2
Бутерброд с повидлом	30/2,5/8	37,5/3,5/13	114,8/ 131,8
Кофейный напиток с молоком	160	180	80,85/91
2 завтрак			

Плоды свежие	150	170	67,23/76,2
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Икра свекольная	30	50	34,08/ 56,8
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	150/5	180/8	108,94/ 130,7
Жаркое по-домашнему	170	190	205,2/229,14
Компот из свежих яблок	170	200	72,89/ 97,6
Хлеб ржано-пшеничный	35	40	66,55/76
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Манник	75	85	190,87/ 216,3
Соус фруктовый	30	50	17,3/28,8
Чай с сахаром	150	200	28/ 37,3
ИТОГО	1320,50	1656,5	1473,18

Белки 49,84/60,44

Жиры 28,21/36,87

Углеводы 166,07/200,85

Меню

на «11» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150/3	160/5	144,65/ 165,31
Бутерброд с сыром	30/10	30/15	123,5/ 180
Чай с молоком	160	200	79,1/ 98,8
2 завтрак			
Снежок	135	150	56,4/106,2
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Огурец соленый	30	50	4,2/7
Бульон из кур с гренками	170/20	180/35	69,53/ 140
Котлеты рубленые из птицы	60/2	70/3	147/171,5
Рагу из овощей	120	130	145,2/ 157,3

Компот из свежих плодов	160	180	55,46/ 88,2
Хлеб ржано-пшеничный	35	37,5	66,55/ 71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Омлет натуральный с маслом	130	150	204,1/ 235,5
Чай с сахаром	150	180	28/33,6
ИТОГО	1338,0	1690,50	1585,4

Белки 36,64/42,00

Жиры 39,46/46,72

Углеводы 176,77/204,49

Меню

на «12» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша жидкая пшеничная	160	180	134,46/ 151,28
Бутерброд с маслом	30/3	37,5/5	112,2/ 93,5

Кофейный напиток с молоком	160	200	80,85/100,56
2 завтрак			
Бифидок	130	150	76,7/ 88,5
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Икра морковная	30	50	64,5
Суп картофельный с рыбой	150	180	158,75/ 190,53
Шницель рыбный натуральный	50	70	83/ 116,2
Картофельное пюре	110	130	104,13/ 123,06
Напиток из шиповника	150	180	79/ 95
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/ 71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	

Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	90	159,8/ 239,62
Компот из кураги	150	200	28/66,9
ИТОГО	1298,5	1584	1829,5

Белки 51,39/62,31

Жиры 34,26/42,05

Углеводы 161,42/200,15

Меню

на «13» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша жидкая манная	140/3	150/5	96,99/ 131,63
Хлеб пшеничный	30	35	71,1/82,95
Какао с молоком	150	180	89/107
Яйцо вареное	40	40	63
2 завтрак			
Плоды свежие	100	110	95/104,5
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Свекла отварная	30	50	14,1/23,5

Рассольник домашний на м/к бульоне со сметаной	150/5	180/8	67,95/ 81,54
Гуляш из отварного мяса	50	70	156,25/ 218,7
Каша рассыпчатая гречневая	110/3	130/3	174/ 205,6
Компот из с/фруктов	150	180	47,08/ 88,2
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/ 71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Ватрушка королевская с творогом	70	100	193,2/ 220,8
Чай с лимоном	150	180	29/ 34,8
ИТОГО	1266,5	1549,0	1633,0

Белки 70,38/83,35

Жиры 44,91/52,51

Углеводы 158,92/184,32

Меню

на «16» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша пшенная на ст .молоке с мас. сл.	150/3	200/5	159,7/ 213
Бутерброд с маслом	30/3	37,5/5	112,2/ 93,5
Чай с сахаром	160	200	29,87/ 37,3
2 завтрак			
Сок в ассортименте	150	180	64/76
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Суп картофельный с макаронными изд. И мясными фрикадельками	150	180	88,41/ 106,22
Шницель рубленый	50/3	70/4	116,67/160,12
Капуста тушеная	30	50	23.7/ 39,5
Каша рисовая рассыпчатая	110	130	160,6/ 189,8
Напиток из шиповника	150	180	79/95
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3

Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Булочка дорожная	60	80	232,8
Чай с лимоном	180	180	34,8
ИТОГО	1168,0	1517,0	1605,30

Белки 52,29/48,04

Жиры 31,52/40,70

Углеводы 162,59/193,96

Меню

на «17» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Суп молочный с макаронными изделиями	150	180	155/ 130,68
Бутерброд с сыром	30/3/10	40/5/ 12	132,8/ 176,9
Какао с молоком	160	180	94,93/ 107
2 завтрак			
Плоды свежие	100	120	95/114

Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Икра свекольная	30	50	34,08/ 56,8
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	160/5	200/8	116,2/ 145,2
Тефтели	70	80	106,6/ 114,8
Картофельное пюре	110	130	104,13/ 123,06
Компот из св.яблок	150	200	52/ 97,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Запеканка из творога	80	100	197,6/ 247
Соус фруктовый	50	50	28,8
Компот из кураги	150	180	28/60,21
ИТОГО	1412,0	1776,50	1585,5

Белки 46,48/57,31

Жиры 41,80/53,01

Углеводы 152,51/181,05

Меню

на «18» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша жидкая рисовая	150/3	150/5	158,3
Бутерброд с повидлом	30/8	37,5/13	92,75/ 123,26
Чай с молоком	160	195	79,1/ 96,33
2 завтрак			
Снежок	135	150	86,4/88,5
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Салат из зел.горошка конс.	30	50	24,4/40,7
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	170	200	170,68/ 200,8
Птица тушеная в соусе с овощами	170	200	142,61/ 198,99
Компот из свежих плодов	160	200	78,4/

			98
Хлеб ржано-пшеничный	35	37,5	66,55/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Пирожок печеный с морковью и яйцом	60	70	132/ 154
Сок фрукт. в ассортименте	150	180	64/76
итого	1326,0	1625,00	1639,41

Белки 92,39/96,68

Жиры 37,28/36,40

Углеводы 194,79/203,00

Меню

на «19» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша вязкая "Дружба"	160/3	170/5	155/ 164,6
Бутерброд с маслом	30/3	40/5	112,2/ 98,8
Кофейный напиток с молоком	160	180	80,85/ 90,5

2 завтрак			
Плоды свежие	150	150	69
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Икра морковная	30	50	64,5/77,4
Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/5	180/8	89,7/ 119,6
Рыба отварная	60/5	80/5	48,94/ 64
Макаронные изделия отварные	110	130	113,7/ 134,4
Компот из апельсинов	150	180	63,9/ 76,6
Хлеб пшеничный	30	30	71,1
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Сырники из творога	80	100	187,2/ 234
Соус молочный сладкий	50	50	50,75

Чай с сахаром	150	180	28/33,6
ИТОГО	1435,50	1739,50	1498,24

Белки 45,32/54,99

Жиры 32,75/40,77

Углеводы 173,65/189,95

Меню

на «20» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша жидкая пшеничная	150	160	130/138,67
Бутерброд с сыром	30/10	40/12	132,8/ 176,9
Какао с молоком	160	200	80,85/91
2 завтрак			
Йогурт питьевой фруктовый	120	150	79,65/88,5
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Огурец соленый	30	50	4,2/7
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/к бульоне	150/5	200/8	78,75/ 105

Котлета мясная	60	80	155,4/ 207,2
Картофельное пюре	110	130	92,4/ 142
Напиток из пл.шиповника	150	200	79/ 105,5
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Омлет натуральный с маслом	130	150	204,1/235,5
Чай с сахаром	150	180	28/33,6
ИТОГО	1313,50	1496,50	1490,4

Белки 46,0/50,84

Жиры 47,5/49,95

Углеводы 159,7/174,42

Меню

на «23» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	

Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом	160/3	190/5	165,49/ 209,63
Чай с сахаром	160	200	29,87/ 37,3
Бутерброд с маслом	30/3	40/5	112,2/ 98,8
2 завтрак			
Сок фрuckt. в ассортименте	150	180	64/76
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Огурец соленый	30	50	4,2/7
Борщ с фасолью и картофелем сос сметаной	150/5	200/8	70,95/ 107
Котлета «Улыбка»	70	80	135,22/ 154,6
Рагу из овощей	110	150	130,97/ 154,79
Компот из свежих яблок	150	200	73,2/ 97,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		

	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Манник	75	85	170,69/216,3
Соус сметанный сладкий	30	50	40,8/66,81
Чай с лимоном	150/3,5	180/7	29/34,8
ИТОГО	1406,00	1629,00	1542,77

Белки 44,55/44,92

Жиры 43,84/44,46

Углеводы 167,02/187,98

Меню

на «24» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша жидкая манная	140/3	150/5	96,99/ 103,92
Хлеб пшеничный	30	37,5	71,1/ 88,9
Коф.напиток с молоком	150	180	28/33,6
Яйцо вареное	40	40	63
2 завтрак			
Бифидок	135	150	79,7/88,5
Обед	Химический состав		

	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Свекла отварная	30	50	14,1/23,5
Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	150	1800	80,85/ 96,7
Гуляш из отварного мяса	50	70	156,25/218,7
Каша рассыпчатая рисовая	110	130	160,6/ 189,8
Напиток из шиповника	150	180	79/95
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Запеканка из творога с рисом	80	100	132,4/ 165,5
Соус фруктовый	50	50	28,8
Сок в ассортименте	150	180	64/76
ИТОГО	1400,5	1795,2	1564,6

Белки 46,0/51,7

Жиры 40,8/48,4

Углеводы 180,9/204,4

Меню

на «25» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150/3,5	180/5	154,98/ 163,3
Бутерброд с сыром	30/10	40/15	132,8/ 176
Чай с молоком	160	180	79,1/88,9
2 завтрак			
Снежок	140	150	56,4/62,7
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Капуста тушеная	30	50	23,7/39,5
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150/15	200/25	102,2/ 163,3
Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	60	70	147/171,5
Макаронные изделия отварные	110	130	113,7/ 134,4
Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	180	73,5/

			101,7
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Булочка домашняя	60	60	141,68
Сок фрuckt. в ассортименте	150	180	74,3/89,2
Плоды свежие	120	120	55,2
ИТОГО	1289,5	1609,5	1530,7

Белки 35,3/43,6

Жиры 42,4/49,9

Углеводы 154,4/190,6

Меню

на «26» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша вязкая «Дружба»	160/3	170/5	150,12/164,6
Бутерброд с маслом	30/3	40/5	112,2/ 144,5
Коф.напиток с молоком	160	180	89/107
2 завтрак			
Ряженка	120	150	84,96/106,2

Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Икра морковная	30	50	38,7/ 64,5
Суп картофельный с рыбой	150	180	190,5/ 211,7
Рыба, тушенная с овощами	60	80	60,75/81
Картофельное пюре	100	130	167,7/ 193,48
Компот из свежих яблок	150	200	73,5/ 88,2
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Омлет натуральный с маслом	130	150	170,77/ 233,5
Чай с сахаром	150	180	28/33,6
ИТОГО	1223,00	1416,00	1542,64

Белки 54,3/60,03

Жиры 51,06/48,01

Углеводы 118,79/169,67

Меню
на «27» декабря 2024г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Суп молочный с макаронными изделиями	150	180	128,96/ 145,1
Бутерброд с повидлом	30/8	37,5/13	114,8/ 131,8
Какао с молоком	150	180	70/91,0
2 завтрак			
Плоды свежие	135	170	67,23/76,2
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Икра свекольная	30	50	34,08/ 79,52
Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/5	180/8	89,7/ 119,6
Жаркое по-домашнему	160	190	192,26/229,11
Компот из кураги	160	200	28/66,9

Хлеб пшеничный	30	30	71,1
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	70	159,8/186,37
Сок фруктовый	150	180	64/76
ИТОГО	1400,50	1681,50	1537,62

Белки 51,25/60,47

Жиры 35,74/40,34

Углеводы 171,45/178,69

Меню

на «28» декабря 2024г.