

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**

**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

06.04.2026г.

Завтрак	Выход блюد	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Каша пшеничная на сгущенном молоке	150/3	5,26	6,06	21,2	159,7
	185/5	6,47	7,4	26,17	197,02
Чай с сахаром	170/180	0,04/0,04	0,01/0,01	7,9/8,38	31,72/33,6
Бутерброд с маслом	30/3	2,31	2,67	15,07	93,49
	35/5	2,7	4,35	17,6	120,29
		<b>7,61/9,21</b>	<b>8,74/11,76</b>	<b>44,17/52,015</b>	<b>284,91/350,91</b>

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли/сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Сок фруктовый	150/180	0,75/0,9	0/0	15,15/24,3	64/97,2
		<b>0,75/0,9</b>	<b>0/0</b>	<b>15,15/24,3</b>	<b>64/97,2</b>

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Суп картоф. с макар. издел. и мясными фрикадельками	150/15	4,53	3,15	10,32	88,41
	175/25	7,53	4,98	12,82	131,13
Котлета «Улыбка»	60/80	2,4/3,2	6,9/9,2	4,87/6,5	115,9/154,6
Капуста тушеная	120/150	2,21/3,59	4,28/5,32	11,31/15,14	94,8/125,77
Салат из горошка зелёного консервированного	30/50	0,9/1,5	1,55/2,6	1,87/3,1	24,4/40,7
Компот из сухофруктов (С – витамины.)	150/200	0,33/0,44	0,01/0,02	20,83/27,78	84,75/113
Хлеб ржано-пшеничный	35/37,5	2,3/2,5	0,35/0,37	14,07/15,08	66,55/71,3
		<b>12,67/18,76</b>	<b>16,24/22,49</b>	<b>63,27/80,42</b>	<b>474,81/636,5</b>

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Манник	75/85	4,01/4,54	4,27/4,84	35,77/40,54	190,87/216,3
Чай с лимоном	150/3,5	0,07	0,01	7,1	29
	180/7	0,08	0,01	8,52	34,8
Соус фруктовый	15/10	0,14/0,09	0,01/0	2,01/1,34	8,65/5,76
		<b>4,22/4,71</b>	<b>4,29/4,85</b>	<b>44,88/50,4</b>	<b>228,52/256,86</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>25,25/32,68</b>	<b>29,27/39,1</b>	<b>167,47/207,27</b>	<b>1052,24/1341,47</b>
----------------------	--------------------	-------------------	----------------------	------------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**

**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

07.04.2026г.

Завтрак	Выход блюد	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Каша жидкая пшеничная	150/3	3,15	2,89	22,8	130
	180/5	4,1	5,42	29,32	182,87
Кофейный напиток с молоком	170/200	2,66/3,15	2,19/2,59	10,74/12,87	73,2/87,11
Бутерброд с сыром	30/10	3,11	4,58	9,7	80,14
	30/15	5,77	4,62	15,05	125,65
		<b>8,92/13,02</b>	<b>9,66/12,63</b>	<b>43,24/57,24</b>	<b>283,34/395,63</b>

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Фрукты свежие (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43
		<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,1</b>	<b>43</b>

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Щи из св. капусты и картоф. со сметаной на м/к бульоне	150/5	6,24	4,74	9,68	108,94
	180/8	7,49	5,69	11,61	130,7
Шницель рубленый (из свинины)	50/70	7,78/10,89	5,78/8,09	7,85/10,99	114,38/160,13
Каша рисовая рассыпчатая	110/130	2,64/3,12	4,4/5,2	26,95/31,85	160,6/189,8
Икра свекольная	30/50	0,7/1,16	1,74/2,9	3,7/6,2	34,08/50,05
Напиток из плодов шиповника С-витаминизация	150	0,4	0,16	13,92	66,68
	180	0,49	0,2	16,71	80,02
Хлеб ржано-пшеничный	30/35	2/2,33	0,3/0,34	12,06/14,07	57,04/66,54
		<b>19,76/25,48</b>	<b>17,12/22,42</b>	<b>74,16/91,43</b>	<b>541,72/677,24</b>

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Омлет натуральный с маслом	130/150	11,7/13,5	11,09/12,8	8,88/10,25	204,1/235,5
Чай с сахаром	150/180	0,04/0,04	0,01/0,01	6,99/8,38	28/33,6
Хлеб пшеничный	0/20	0/1,49	0/0,09	0/10	0/47,4
		<b>11,74/15,03</b>	<b>11,1/12,9</b>	<b>15,87/28,63</b>	<b>232,1/316,5</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>41,32/54,33</b>	<b>38,08/48,15</b>	<b>141,37/185,4</b>	<b>1100,37/1423,37</b>
----------------------	--------------------	--------------------	---------------------	------------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**  
**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**  
 08.04.2026г.

<b>Завтрак</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>
Каша вязкая «Дружба»	160/3	3,94	4,16	19,09	130,34
	180/5	4,42	6,17	21,6	155,82
Чай с молоком	170/200	1,92/2,24	1,36/1,6	7,72/9,76	50,2/61,69
Бутерброд с повидлом	30/8	2,25	0,18	19,72	89,53
	37,5/13	1,96	3,0,9	21,9	123,26
		<b>8,11/8,62</b>	<b>5,7/10,86</b>	<b>46,53/53,26</b>	<b>270,07/340,77</b>

<b>II – ой завтрак (10.00)</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>
Плоды свежие (яблоко)	150/180	0,52/0,63	0,52/0,63	12,93/15,52	62,04/74,45
		<b>0,52/0,63</b>	<b>0,52/0,63</b>	<b>12,93/15,52</b>	<b>62,04/74,45</b>

<b>Обед</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>
Борщ с капустой и картоф. на курином бульоне со сметаной	150/5	3,07	3,38	8,98	78,75
	180/8	3,68	4,01	10,78	94,5
Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочн.	50/70	6,05/8,49	8,7/12,18	4,93/6,9	122,5/171,5
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,18	0,55	22,88	113,7
	130	4,94	0,65	27,04	134,42
Икра морковная	30/50	1,1/1,1	4/4	5,58/5,58	64,5/64,5
Компот из апельсинов (С – вит.)	150/180	0,26/0,31	0,06/0,07	15,43/18,51	64,77/77,72
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,06/15,8	57,04/71,3
		<b>16,66/21,02</b>	<b>16,99/21,28</b>	<b>69,86/83,89</b>	<b>501,26/613,94</b>

<b>Полдник</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>
Пирожок печеный с морковью и яйцом	60	3,9	2,7	22,8	132
	70	4,55	3,15	22,6	15,4
Компот из изюма	150/180	0,24/0,29	0,06/0,07	14,98/17,97	61,78/74,13
		<b>4,14/4,84</b>	<b>2,76/3,22</b>	<b>37,78/44,57</b>	<b>193,78/228,13</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>29,43/35,11</b>	<b>25,97/35,99</b>	<b>167,1/197,24</b>	<b>1027,15/1257,29</b>
----------------------	--------------------	--------------------	---------------------	------------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**

**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

09.04.2026г.

Завтрак	Выход блюد	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Суп молочный с макар-ми изделиями	160/180	4,54/5,11	4,16/4,68	15,04/16,92	116,16/130,68
Какао с молоком	170/200	3,29/3,87	2,66/3,13	10,66/13,18	79,29/95,71
Бутерброд с маслом	30/3	2,31	2,67	15,07	93,49
	35/5	2,7	4,35	17,6	120,29
		<b>10,14/11,68</b>	<b>9,49/12,16</b>	<b>40,77/47,7</b>	<b>288,94/346,68</b>

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Кефир	120/150	3,7/4,22	2,91/3,64	4,65/5,82	61,69/77,12
		<b>3,7/4,22</b>	<b>2,91/3,64</b>	<b>4,65/5,82</b>	<b>61,69/77,12</b>

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Суп картофельный с рыбой	150/190	16,83/21,31	4,67/5,99	12,15/15,39	158,72/201,11
Котлета рыбная	50/80	17,13/11,4	1,37/2,19	4,44/7,11	59,4/95
Рагу из овощей	110/150	1,77/2,43	9,54/13,02	10,03/13,69	133,1/181,5
Огурец соленый	30/50	0,24/0,4	0/0	0,72/1,22	4,2/7
Компот из свежих яблок (С – вит)	150	0,12	0,12	12,91	52
	180	0,14	0,14	13,5	54,82
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2,33/2,5	0,35/0,37	14,07/15,08	66,55/71,2
		<b>28,09/38,18</b>	<b>16/21,71</b>	<b>52,31/65,99</b>	<b>464,46/610,73</b>

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Сырники из творога	70/100	13,08/18,69	8,86/12,67	8/11,4	163,8/234
Соус молочный сладкий	15/10	0,28/0,18	0,67/0,44	1,95/1,3	15,22/10,14
Чай с сахаром	150/180	0,04/0,04	0,01/0,01	6,99/8,38	28/33,6
		<b>13,4/18,91</b>	<b>9,54/13,12</b>	<b>16,94/21,08</b>	<b>207,02/277,74</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>55/72,99</b>	<b>37,94/50,63</b>	<b>114,67/140,59</b>	<b>1022,11/1312,27</b>
----------------------	-----------------	--------------------	----------------------	------------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**

**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

10.04.2026г.

Завтрак	Выход блюد	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Каша молочная кукурузная жидкая	150/3	3,89	4,51	16,71	120,9
	200/5	5,19	6,02	22,29	161,2
Кофейный напиток с молоком	170/180	2,66/2,84	2,19/2,33	10,74/12,41	73,2/81,8
Бутерброд с сыром	30/10	3,11	4,58	9,7	80,14
	30/15	5,77	4,62	15,05	125,65
		<b>9,66/13,08</b>	<b>11,28/12,97</b>	<b>37,15/49,75</b>	<b>274,24/368,65</b>

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Ряженка	120/150	3,37/4,22	2,91/3,64	4,65/5,82	61,69/77,12
Печенье	10/20	0,75/1,5	0,98/1,96	7,44/14,88	41,7/83,4
		<b>4,12/4,22</b>	<b>3,89/3,64</b>	<b>12,09/16</b>	<b>103,39/160,52</b>

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной	150/5	3,24	3,5	11,3	89,7
	180/4	3,88	4,2	13,56	107,64
Запеканка картофельная с фаршем мясным	120/150	14,1/18,77	13,8/18,45	15,9/21,22	245,2/326,93
Соус сметанный	30/00	0,41/0,41	1,5/1,5	1,77/1,77	18,93/18,93
Икра свекольная	30/50	0,7/1,17	1,74/2,3	3,7/6,2	34,08/50,05
Чай с лимоном (С – витамин-я)	150/3,5	0,07	0,01	7,1	29
	180/7	0,08	0,01	8,52	34,8
Хлеб ржано-пшеничный	30/40	2/2,67	0,3/0,39	12,0,6/16,08	57,04/76
		<b>20,52/26,98</b>	<b>20,85/26,48</b>	<b>51,83/67,35</b>	<b>473,95/614,35</b>

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Булочка домашняя	60/80	3,6/4,8	4,8/6,4	17,4/23,2	141,68/188,9
Сок фруктовый	150/180	0,75/0,9	0/0	15,15/18,18	64/76
		<b>4,35/5,7</b>	<b>4,8/6,4</b>	<b>32,55/41,38</b>	<b>205,68/264,9</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>38,65/50,7</b>	<b>40,82/49,49</b>	<b>133,62/174,48</b>	<b>1057,26/1408,42</b>
----------------------	-------------------	--------------------	----------------------	------------------------

1-я неделя  
**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**  
**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**  
 13.04.2026г.

Завтрак	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
		ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке	150/3	4,92	5,67	20,67	165,5
	170/5	5,57	6,42	23,42	187,56
Чай с сахаром	170/200	0,04/0,04	0,01/0,01	7,92/9,3	31,73/37,3
Бутерброд с маслом	30/3	2,31	2,67	15,07	93,49
	35/5	2,7	4,35	17,6	120,29
		<b>7,27/8,31</b>	<b>8,35/11,03</b>	<b>43,66/49,49</b>	<b>290,72/345,15</b>

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Сок фруктовый	160/180	0,8/0,9	0/0	16,16/22,9	68,24/99
		<b>0,8/0,9</b>	<b>0/0</b>	<b>16,15/22,9</b>	<b>68,24/99</b>

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Борщ с фасолью и картоф. со сметаной	160/5	2,46	4,07	10,31	88,6
	200/8	3,13	5,34	12,98	113,47
Тефтели	60/80	4,43/5,91	4,91/6,55	5,85/7,79	91,34/114,8
Макароны отварные	120/130	4,56/4,94	0,6/0,65	24,96/27	124/134,4
Икра морковная	30/50	0,66/1,1	1,38/2,3	3,25/5,43	28,11/46,85
Напиток из плодов шип-ка (С- вит.)	150/180	0,4/0,49	0,16/0,2	13,92/16,71	66,68/80,02
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,06/15,08	57,04/71,3
		<b>16,76/20,32</b>	<b>11,57/15,56</b>	<b>85,35/99,99</b>	<b>526,87/631,94</b>

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Пудинг из творога с яблоком	80/100	9,93/12,42	8,4/10,5	11,67/14,58	174,4/213,47
Соус фруктовый	15/10	0,14/0,09	0,01/0	2,01/1,34	8,65/5,76
Чай с лимоном	150/180	0,07/0,08	0,01/0,01	7,1/8,52	29/34,8
		<b>10,14/12,59</b>	<b>8,42/10,51</b>	<b>20,78/24,44</b>	<b>212,05/254,03</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>35/42,12</b>	<b>28,3/36,85</b>	<b>166/196,82</b>	<b>1097,9/1330,12</b>
----------------------	-----------------	-------------------	-------------------	-----------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**  
**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**  
 14.04.2026г.

<b>Завтрак</b>	<b>Выход блюد</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Суп молочный с макар-ми изделиями	160/1,5	4,54	4,16	15,04	116,16
	180/2,5	5,13	4,68	16,92	130,68
Кофейный напиток с молоком	160/200	2,51/3,154	2,07/2,59	10,11/12,87	68,9/87,11
Бутерброд с повидлом	25/5	1,87	0,16	15,37	70,31
	37,5/13	1,96	3,09	21,9	123,26
		<b>8,92/10,24</b>	<b>6,39/10,36</b>	<b>40,52/51,69</b>	<b>255/341,05</b>

<b>II – ой завтрак (10.00)</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Фрукты свежие (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43
		<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,1</b>	<b>43</b>

<b>Обед</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Щи из свежей капусты с картоф. на м/к бульоне со сметаной	150/5	6,24	4,74	9,68	108,94
	200/8	8,32	6,32	12,9	145,22
Голубцы ленивые	120/170	11,18/15	10,09/14,23	16,33/23,35	201,78/285,57
Соус сметанный	15/30	0,21/0,41	0,55/1,13	0,9/1,77	9,48/18,93
Свекла отварная	30/50	1,95/3,25	1,53/2,56	2,64/4,4	14,1/23,5
Компот из изюма (С- витам-ия)	150/180	0,24/0,29	0,06/0,07	14,98/17,97	61,78/74,13
Хлеб ржано-пшеничный	35/40	2,33/2,67	0,35/0,39	14,12/16,08	66,55/76
		<b>22/29,53</b>	<b>17/23,57</b>	<b>59/74,7</b>	<b>463/623,35</b>

<b>Полдник</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Манник	70/85	3,74/4,54	3,98/4,84	33,38/40,54	178,14/216,3
Соус молочный сладкий	15/20	0,28/0,38	0,67/0,9	1,95/2,6	15,22/20,3
Чай с сахаром	150/180	0,04/0,04	0,01/0,01	6,99/8,38	28/33,6
		<b>4,06/4,96</b>	<b>4,66/5,75</b>	<b>42,32/51,52</b>	<b>221,36/270,2</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>36/45,9</b>	<b>28,6/39,940,1</b>	<b>149,6/186</b>	<b>982,4/1277,6</b>
----------------------	----------------	----------------------	------------------	---------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**  
**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**  
 15.04.2026г.

<b>Завтрак</b>	<b>Выход блюد</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Каша жидкая из овсяных хлопьев «геркулес»	150/170	4,9/5,73	6,36/7,43	20,52/23,99	150,27/175,63
Чай с молоком	160/200	1,81/2,24	1,28/1,6	7,27/9,76	47,25/61,69
Бутерброд с сыром	30/10 30/15	3,11 5,77	4,58 4,62	9,7 15,05	80,14 125,65
		<b>9,82/13,74</b>	<b>12,22/13,65</b>	<b>37,49/48,8</b>	<b>277,66/362,97</b>

<b>II – ой завтрак (10.00)</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Молоко кипяченое	110/140	3,09/3,93	2,67/3,4	5,12/6,51	57,61/73,32
Печенье	10/20	0,75/1,5	0,98/1,96	7,44/14,88	41,7/83,4
		<b>4/5,43</b>	<b>3,65/5,36</b>	<b>12,56/21,39</b>	<b>99,31/156,72</b>

<b>Обед</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Бульон из кур с гренками	170/180	2,95/5,36	0,27/0,56	13,77/28,26	69,53/140
Котлеты рубленные из птицы	60/70	9,51/11,1	9,14/10,66	8,88/10,36	156/182
Рагу из овощей	120/130	1,94/2,1	10,42/11,3	10,95/11,9	145,2/157,3
Огурец соленый	30/50	0,24/0,4	0/0	0,72/1,2	4,2/7
Компот из апельсинов (С – витамин-ция)	150 180	0,26 0,31	0,06 0,07	15,43 18,51	64,77 77,72
Хлеб ржано-пшеничный	35/37,5	2,33/2,5	0,35/0,37	14,12/15,08	66,55/71,3
		<b>17,23/21,77</b>	<b>20,24/22,96</b>	<b>63,87/85,31</b>	<b>506,25/635,32</b>

<b>Полдник</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Омлет натуральный с маслом	120/150	11,7/13,5	10,24/12,8	8,2/10,25	188,4/235,5
Чай с лимоном	150/180	0,06/0,08	0/0,01	7,1/8,52	29/34,8
		<b>10,86/13,58</b>	<b>10,24/12,81</b>	<b>15,3/18,77</b>	<b>217,4/270,3</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>41,8/52</b>	<b>46,4/55,1</b>	<b>129,2/169,7</b>	<b>1100,6/1425,3</b>
----------------------	----------------	------------------	--------------------	----------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**

**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

16.04.2026г.

Завтрак	Выход блюد	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Каша жидкая пшеничная с маслом	150/3	3,43	3,15	24,8	132,1
	180/5	3,89	5,14	27,78	173,25
Кофейный напиток с молоком	170/200	2,67/3,15	2,19/2,59	11,26/12,87	75,23/87,11
Бутерброд с маслом	30/3	2,31	2,67	15,07	93,49
	35/5	2,7	4,35	17,6	120,29
		<b>8,41/9,74</b>	<b>8,01/12,08</b>	<b>51,13/58,25</b>	<b>300,82/380,65</b>

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Плоды свежие (яблоко)	150/180	0,52/0,63	0,52/0,63	12,93/15,52	62,04/74,45
		<b>0,52/0,63</b>	<b>0,52/0,63</b>	<b>12,93/15,52</b>	<b>62,04/74,45</b>

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Суп картофельный с рыбой	150/190	16,82/21,31	4,67/5,99	12,15/15,39	158,75/201,11
Шницель рыбный натуральный	50/3	8,98	2,68	5,83	83
	70/4	12,57	3,75	8,17	116,2
Пюре картофельное	110/130	2,24/2,6	3,84/4,5	13,25/15,6	104,13/123,1
Икра морковная	30/50	0,66/1,1	1,38/2,3	3,25/5,43	28,11/46,85
Компот из шип-ка(С – витамин.)	150/180	0,4/0,49	0,16/0,2	13,92/16,71	66,68/80,02
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,06/15,08	57,04/71,3
		<b>31,1/40,57</b>	<b>16,92/18,6</b>	<b>67,92/78,68</b>	<b>510,03/638,58</b>

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Пирожок печёный с капустой и яйцом	60	4,52	5,23	20,78	159,8
	80	6,01	8,36	27,69	212,99
Чай с сахаром	150/180	0,04/0,04	0,01/0,01	6,99/8,38	28/33,6
		<b>4,56/6,05</b>	<b>5,24/8,37</b>	<b>27,77/36,07</b>	<b>187,8/246,59</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>44,6/57</b>	<b>30,7/39,7</b>	<b>159,8/188,5</b>	<b>1060,7/1340,3</b>
----------------------	----------------	------------------	--------------------	----------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**  
**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**  
 17.04.2026г.

<b>Завтрак</b>	<b>Выход блюد</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Каша жидкая молочная манная	150/3/170/5	3,99/4,5	3,67/5,31	19/21,46	124,79/151,1
Какао с молоком	160/180	3,1/3,67	2,51/3,19	10,04/15,82	74,63/107
Бутерброд с сыром	30/10	3,11	4,58	9,7	80,14
	30/15	5,77	4,62	15,05	125,65
		<b>10,2/14,14</b>	<b>10,76/13,06</b>	<b>38,74/49,69</b>	<b>279,56/372,46</b>

<b>II – ой завтрак (10.00)</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Кефир	120/150	3,37/4,22	2,91/3,64	4,65/5,82	61,69/77,12
		<b>3,37/4,22</b>	<b>2,91/3,64</b>	<b>4,65/5,82</b>	<b>61,69/77,12</b>

<b>Обед</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Рассольник домашний на м/к б-не со сметаной	150/5	1,24	3,08	8,85	68
	200/8	1,94	5,33	11,85	103,87
Биточки рубленые	60/80	9,33/12,44	6,93/9,24	9,42/12,56	137,25/183
Каша рассыпчатая гречневая	110/140	6/7,53	4,9/6,13	26,4/33,49	125,05/153,1
Икра свекольная	30/50	0,7/1,17	1,38/2,3	3,7/6,2	30,03/50,05
Компот из яблок (С–вит-я)	150	0,12	0,12	12,91	52
	180	0,14	0,14	13,5	54,82
Хлеб ржано-пшеничный	20/40	1,49/2,5	0,09/0,37	10/15,08	38/71,3
		<b>18,88/25,89</b>	<b>16,5/23,53</b>	<b>71,28/93,68</b>	<b>450,33/620,84</b>

<b>Полдник</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Ватрушка королевская	70/100	30,62/43,74	11,74/16,76	18,9/27	193,2/276
Чай с лимоном	150/3,5	0,07	0,01	7,1	29
	180/7	0,08	0,01	8,52	34,8
		<b>30,69/43,82</b>	<b>11,75/16,77</b>	<b>26/35,52</b>	<b>222,2/310,8</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>63,14/88,07</b>	<b>41,92/57</b>	<b>140,67/184,71</b>	<b>1013,78/1381,22</b>
----------------------	--	--------------------	-----------------	----------------------	------------------------

**2-я неделя**  
**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**  
**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**  
 20.04.2026г

<b>Завтрак</b>	<b>Выход блюد</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Каша пшеничная на сгущ. молоке	150/3	5,26	6,06	21,2	159,7
	175/5	6,12	7	24,76	186,35
<b>Чай с сахаром</b>	170/200	0,04/0,04	0,01/0,01	7,92/9,3	31,73/37,3
Бутерброд с маслом	30/3	2,31	2,67	15,07	93,49
	35/5	2,7	4,35	17,6	120,29
		<b>7,618,86</b>	<b>8,74/11,36</b>	<b>44,19/51,66</b>	<b>284,92/343,94</b>

<b>II – ой завтрак (10.00)</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
<b>Сок в ассортименте</b>	150/180	0,75/0	0/0	15,15/24,3	64/97,2
		<b>0,75/0</b>	<b>0/0</b>	<b>15,15/24,3</b>	<b>64/97,2</b>

<b>Обед</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Суп картофельный с макарон. изд. и мясными фрикадельками	150/15	4,53	3,15	10,32	88,41
	155/25	12,2	6,65	12,36	158,42
Шницель рубленый	50/70	7,92/10,85	5,89/8,08	8/10,99	116,67/160,12
Капуста тушеная	30/50	0,59/0,99	1,11/1,86	2,85/4,75	23,7/39,5
Каша рисовая рассыпчатая (гарнир)	110/130	2,64/3,12	4,4/5,2	26,95/31,8	160,6/189,8
Напиток из плодов шип-ка (С- витамин.)	150/180	0,4/0,49	0,16/0,2	13,92/16,71	66,68/80,02
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,1/15,08	57,04/71,3
		<b>18,08/30,15</b>	<b>15,01/22,36</b>	<b>74,14/91,69</b>	<b>513,1/699,16</b>

<b>Полдник</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Булочка дорожная	60/70	4,06/4,73	8,37/8,99	31,28/37,43	217,2/249,17
Чай с лимоном	150/3,5	0,07	0,01	7,1	29
	180/7	0,08	0,01	8,52	34,8
		<b>4,13/4,81</b>	<b>8,38/9</b>	<b>38,38/45,95</b>	<b>246,2/283,97</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>30,6/43,8</b>	<b>32,1/42,7</b>	<b>171,9/213,6</b>	<b>1108,2/1424,3</b>
----------------------	------------------	------------------	--------------------	----------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**  
**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**  
 21.04.2026г.

<b>Завтрак</b>	<b>Выход блюد</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Суп молочный с макар-ми изделиями	160/1,5	4,54	4,16	15,04	116,16
	180/2,5	5,11	4,68	16,92	130,68
Какао с молоком	150/200	2,9/3,87	2,35/3,13	19,4/13,18	63,96/95,71
Бутерброд с сыром	30/10	3,11	4,58	9,7	80,14
	30/15	5,77	4,62	15,05	125,65
		<b>10,55/14,75</b>	<b>11,09/12,43</b>	<b>34,14/45,15</b>	<b>260,26/352,04</b>

<b>II – ой завтрак (10.00)</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
<b>Плоды свежие (яблоко)</b>	150/180	0,52/0,63	0,52/0,63	12,93/15,52	62,04/74,45
		<b>0,52/0,63</b>	<b>0,52/0,63</b>	<b>12,93/15,52</b>	<b>62,04/74,45</b>

<b>Обед</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Щи из св. капусты и картоф. на м/к б-не со сметаной	150/5	6,24	4,74	9,68	108,9
	180/8	7,48	6,68	11,61	130,68
Тефтели со сметанно-томатным соусом	60/80	4,43/5,91	4,91/6,55	5,85/7,79	91,34/114,8
Картофельное пюре	110/150	2,24/3	3,84/5,19	13,25/18	104,13/142
Икра свекольная	30/50	0,7/1,17	1,38/2,3	3,7/6,2	30,03/50,05
Компот из изюма (С – вит-ия)	150/180	0,24/0,29	0,06/0,07	14,98/17,97	61,78/74,13
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,1/15,08	57,04/71,3
		<b>15,85/20,35</b>	<b>15,23/21,16</b>	<b>59,56/76,65</b>	<b>453,22/582,96</b>

<b>Полдник</b>	<b>Выход блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли /сад</b>
Запеканка из творога с манной крупой	60/100	10,52/17,54	7,23/12,06	10,29/17,15	148,2/247
<b>Чай с сахаром</b>	150/180	0,04/0,04	0,01/0,1	6,99/8,38	28/33,6
Соус фруктовый	15/10	0,14/0,09	0,01/0	2,01/1,34	8,65/5,76
		<b>10,7/17,67</b>	<b>7,25/12,07</b>	<b>19,29/26,87</b>	<b>184,85/286,36</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>37,6/53,4</b>	<b>34,1/46,3</b>	<b>125,9/164,2</b>	<b>960,4/1295,8</b>
----------------------	--	------------------	------------------	--------------------	---------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**

**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

22.04.2026г.

Завтрак	Выход блюد	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Каша жидкая рисовая	150/3	5,25	4,27	26,3	158,3
	170/5	5,95	4,83	29,8	179,4
Чай с молоком	160/200	0,04/2,88	0,01/2,54	6,99/15,21	28/96,33
Бутерброд с повидлом	30/8	2,25	0,18	19,72	89,53
	37,5/13	1,96	3,09	21,9	123,26
		<b>9,31/710,15</b>	<b>5,73/9,52</b>	<b>53,29/61,46</b>	<b>295,08/364,35</b>

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Ряженка	120/150	3,37/4,22	2,91/3,64	4,65/5,82	61,69/77,12
Печенье	10/20	0,75/1,5	0,98/1,96	7,44/14,88	41,7/83,4
		<b>4,12/5,72</b>	<b>3,89/5,6</b>	<b>12,09/20,7</b>	<b>103,39/160,52</b>

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	160/200	5,13/6,43	4,36/5,46	24,94/31,18	160,64/200,8
Птица, тушенная в соусе с овощами	160/200	7,69/10,21	4,93/8,27	14,65/20,8	134,22/198,99
Салат из горошка зеленого консервированного	30/50	0,9/1,5	1,55/2,6	1,87/3,1	24,4/40,7
Компот из свежих яблок (С-вит.)	150	0,12	0,12	12,91	52
	180	0,14	0,14	13,5	54,82
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,06/15,8	66,55/71,3
Хлеб пшеничный	30/30	2,25/2,25	0,15/0,15	15/15	71,1/71,1
		<b>18,09/20,78</b>	<b>11,41/16,84</b>	<b>81,43/83,66</b>	<b>499,4/637,71</b>

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Пирожок печеный с морковью и яйцом	60/70	3,9/4,55	2,7/3,15	22,8/26,6	132/154
Сок фруктовый	150/180	0,75/0,9	0/0	15,15/18,18	64/76
		<b>4,65/5,45</b>	<b>2,7/3,15</b>	<b>37,95/44,78</b>	<b>196/230</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>36,2/42,1</b>	<b>23,7/35,1</b>	<b>184,8/2101,6</b>	<b>1093,9/1392,6</b>
----------------------	------------------	------------------	---------------------	----------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**  
**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**  
 23.04.2026г.

Завтрак	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Каша вязкая «Дружба» на молоке	150/3	3,69	4,39	17,81	126,79
	180/5	4,42	6,17	21,6	155,82
Кофейный напиток с молоком	170/200	2,67/3,15	2,19/2,59	11,26/12,87	75,23/87,11
Бутерброд с маслом	30/3	2,31	2,67	15,07	93,49
	35/5	2,7	4,35	17,6	120,29
		<b>8,67/10,27</b>	<b>9,25/13,11</b>	<b>44,14/52,07</b>	<b>295,51/363,22</b>

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Плоды свежие (апельсин)	100/100	0,9/0,9	0,2/0,2	8,1/8,1	43/43
		<b>0,9/0,9</b>	<b>0,2/0,2</b>	<b>8,1/8,1</b>	<b>43/43</b>

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной	150/5	3,24	3,5	11,3	89,7
	180/8	4,32	4,67	15,06	119,6
Рыба отварная	50/80	8,83/14,13	0,35/0,55	0,39/0,62	40,78/64
Макаронные изделия	110 /130	4,18/4,94	0,55/0,65	22,88/27	113,7/134,4
Икра морковная	30/50	0,66/1,1	1,38/2,3	3,25/5,43	28,11/46,85
Компот из шиповника (С- вит-ия)	150	0,4	0,16	13,92	66,68
	180	0,49	0,2	16,71	80,02
Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04
	37,5	2,5	0,37	15,8	71,3
Хлеб пшеничный	30/30	2,25/2,25	0,15/0,15	15/15	71,1/71,1
		<b>21,56/29,73</b>	<b>6,39/8,89</b>	<b>78,8/94,9</b>	<b>467,11/587,27</b>

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Сырники из творога	70/100	13,08/18,69	8,86/12,67	8/11,4	163,8/234
Чай с сахаром	150/180	0,04/0,04	0,01/0,01	6,99/8,38	28/33,6
Соус молочный сладкий	20/15	0,38/0,27	0,9/0,66	2,6/1,95	20,3/15,21
		<b>13,5/19,72</b>	<b>9,77/14,93</b>	<b>17,59/26,42</b>	<b>212,1/319,55</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>44,6/59,9</b>	<b>25,6/35,5</b>	<b>148,6/176,8</b>	<b>1017,7/1276,3</b>

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**  
**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**  
 24.04.2026г.

Завтрак	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Каша жидкая пшеничная	150/3	3,15	2,89	22,8	130
	180/5	3,78	3,47	27,36	156
Какао с молоком	160	3,1	2,51	10,04	74,63
	200	3,87	3,13	13,18	95,71
Бутерброд с сыром	30/10	3,11	4,58	9,7	80,14
	30/15	5,77	4,62	15,05	125,65
		<b>9,36/13,42</b>	<b>9,98/11,22</b>	<b>42,54/55,59</b>	<b>284,77/377,36</b>

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Кефир	120/150	3,37/4,22	2,91/3,64	4,65/5,82	61,69/77,12
		<b>3,37/4,22</b>	<b>2,91/3,64</b>	<b>4,65/5,82</b>	<b>61,69/77,12</b>

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне со сметаной	150/5	3,07	3,38	8,99	78,75
	180/8	3,68	4,06	10,78	94,5
Котлета мясная (свинина)	60/80	9,33/12,44	6,93/9,24	9,42/12,56	137,25/183
Картофельное пюре	110/150	2,24/3	3,84/5,19	13,25/18	104,13/142
Огурцы соленые	30/50	0,24/0,4	0/0	0,72/1,2	4,2/7
Компот из апельсинов С-вит.	150	0,26	0,06	15,43	64,77
	180	0,31	0,07	18,51	77,72
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,06/15,08	57,04/71,3
Хлеб пшеничный	30/30	2,25/2,25	0,15/0,15	15/15	71,1/71,1
		<b>19,39/22,33</b>	<b>14,66/18,93</b>	<b>74,87/76,13</b>	<b>517,24/646,62</b>

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Омлет натуральный с маслом	120/150	10,8/13,5	10,24/12,8	8,2/10,25	188,4/235,5
Чай с сахаром	150/180	0,04/0,04	0,01/0,01	6,99/8,38	28/33,6
		<b>10,84/13,54</b>	<b>10,25/12,81</b>	<b>15,19/18,63</b>	<b>216,4/269,1</b>

<b>ТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>43/53,5</b>	<b>37,8/46,6</b>	<b>137,3/156,2</b>	<b>1080,1/1370,2</b>
---------------------	--	----------------	------------------	--------------------	----------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**

**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

27.04.2026г.

Завтрак	Выход блюد	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Каша ячневая жидкая на сгущ. молоке с маслом сливочным	150	4,92	5,67	21,67	165,5
	180	5,9	6,8	24,99	198,6
<b>Чай с сахаром</b>	170/200	0,04/0,04	0,01/0,01	7,92/9,3	31,73/37,3
Бутерброд с маслом	30/3	2,31	2,67	15,07	93,49
	35/5	2,7	4,35	17,6	120,29
		<b>7,27/8,64</b>	<b>8,35/11,16</b>	<b>43,66/51,89</b>	<b>290,72/356,19</b>

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Сок фруктовый	1750	0,75	0	15,15	64
	180	0,09	0,2	19,6	89,2
		<b>0,75/0,9</b>	<b>0/0,2</b>	<b>15,15/19,6</b>	<b>64/89,2</b>

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	150/5	2,3	3,81	9,66	83,06
	200/8	4,09	4,51	11,98	107
Котлета «улыбка»	60/80	2,4/3,2	6,9/9,2	4,87/6,5	115,9/154,6
Рагу из овощей	110/150	1,78/2,43	9,55/13,02	10,04/13,69	133,1/181,5
Огурец соленый	30/50	0,24/0,4	0/0	0,72/1,2	4,2/7
Компот из сухофруктов (С – вит-я)	150	0,33	0,01	20,83	84,75
	200	0,44	0,02	27,78	113
Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04
	37,5	2,5	0,37	15,08	71,3
		<b>9,05/13,1</b>	<b>20,57/27,12</b>	<b>58,18/76,23</b>	<b>478,05/613,34</b>

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Манник	75/85	4,01/4,54	4,27/4,84	35,77/40,54	190,87/216,3
Чай с лимоном	150/3,5	0,07	0,01	7,1	29
	180/7	0,08	0,01	8,52	34,8
Соус молочный сладкий	15/20	0,28/0,37	0,67/0,89	1,95/2,6	15,22/20,29
		<b>4,36/4,99</b>	<b>4,95/5,74</b>	<b>44,82/51,66</b>	<b>235,09/271,39</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>21,4/27,6</b>	<b>33,9/44</b>	<b>161,8/198</b>	<b>1067,9/1316,9</b>
----------------------	--	------------------	----------------	------------------	----------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**

**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

28.04.2026г.

Завтрак	Выход блюد	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Каша жидкая манная на молоке	150/3	3,93	3,76	18,82	124,48
	165/5	4,25	5,33	54,49	149,94
Кофейный напиток с молоком	150/200	2,36/3,15	1,94/2,59	8,96/12,87	62,58/87,11
Хлеб пшеничный	30/35	2,24/2,62	0,14/0,17	15/17,5	71,1/82,95
Яйцо вареное	20/40	2,54/5,08	2,3/4,6	0,14/0,28	30,34/60,68
		<b>11,07/15,1</b>	<b>8,14/12,69</b>	<b>42,92/85,14</b>	<b>288,5/380,68</b>

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Бифидок	130	3,77	4,16	13,87	76,7
	130	4,35	4,8	16	66,84
Печенье	10/20	0,75/1,5	0,98/1,96	7,44/14,88	41,7/83,4
		<b>4,52/5,85</b>	<b>5,14/6,76</b>	<b>21,31/30,88</b>	<b>118,4/150,24</b>

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Суп картоф. с бобовыми на м/к б-не	150/180	3,3/4	3,15/3,8	9,75/11,7	80,85/96,7
Рулет с луком и яйцом	60/80	7,58/10,1	8,36/11,13	5,46/7,27	127,14/169,54
Пюре картофельное	110/140	2,31/2,92	3,85/4,9	15,67/19,9	106,83/135,95
Икра свекольная	30/50	0,71/1,19	1,49/2,49	3,74/6,22	31,53/52,52
Напиток из пл. шипов-ка (С – витам-я)	150 / 180	0,4/0,49	0,16/0,2	13,92/16,71	66,68/80,02
Хлеб ржано-пшеничный	30 / 37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,06/15,08	57,04/71,3
		<b>16,3/21,2</b>	<b>17,31/22,89</b>	<b>60,60/76,88</b>	<b>470,07/606,03</b>

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Запеканка из творога с рисом	60 / 100	5,26/8,1	4,87/7,5	9,75/15	107,57/165,5
Сок фруктовый	150/180	0,75/0,9	0/0	15,15/18,18	64/76
Соус фруктовый	15/50	0,14/0,47	0,01/0,03	2,01/6,7	8,65/28,8
		<b>6,15/9,47</b>	<b>4,88/7,53</b>	<b>33,85/39,88</b>	<b>180,22/270,3</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>38,04/50,12</b>	<b>35,47/47,91</b>	<b>158,68/217,9</b>	<b>1057,19/1407,25</b>
----------------------	--------------------	--------------------	---------------------	------------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**

**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

29.04.2026г.

Завтрак	Выход блюдо	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Каша жидкая из овсяных хлопьев «Геркулес» с сахаром	150/3	5,09	6,58	18,53	154,98
	180/5	6,07	7,87	25,4	185,96
Чай с сахаром	160	0,04	0,01	7,45	29,86
	200	0,04	0,01	9,3	37,3
Бутерброд с повидлом	30/8	2,25	0,18	19,72	89,53
	37,5/13	1,96	3,09	21,9	123,26
		<b>7,38/8,07</b>	<b>6,77/10,97</b>	<b>45,7/56,6</b>	<b>274,37/346,52</b>

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюдо	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Ряженка	120 / 150	3,37/4,22	2,91/3,64	4,65/5,82	61,69/77,12
	<b>135/ 150</b>	<b>3,37/4,22</b>	<b>2,91/3,64</b>	<b>4,65/5,82</b>	<b>61,69/77,12</b>

Обед	Выход блюдо	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Суп картоф. с клецками на кур. б-не	150/200	3,15/4,2	4,5/6	17,2/22,93	102,2/136,27
Котлеты руб-е из птицы	60 / 70	9,51/11,1	9,14/10,66	8,88/10,36	156/182
Макароны отварные	110/130	4,18/4,94	0,55/0,65	22,88/22,04	113,7/134,42
Капуста тушеная	30 / 50	0,59/0,99	1,12/1,86	2,82/4,7	23,7/39,5
Компот из с/фруктов (изюм) (С – витаминизация)	150	0,12	0,008	11,58	47,08
	180	0,14	0,12	21,7	88,2
Хлеб ржано-пшеничный	30 / 37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,06/15,08	57,04/71,3
		<b>19,55/23,87</b>	<b>15,618/19,66</b>	<b>75,42/96,81</b>	<b>499,72/651,69</b>

Полдник	Выход блюдо	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Булочка домашняя	50 / 80	3/4,8	4/6,4	14,5/23,2	118,06/188,9
Молоко кипячённое	150/180	4,22/5,06	3,64/4,37	6,98/8,38	78,57/94,28
		<b>7,22/9,86</b>	<b>7,64/10,77</b>	<b>21,48/31,58</b>	<b>196,63/283,18</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>37,52/46,02</b>	<b>32,94/45,04</b>	<b>147,25/190,81</b>	<b>1032,41/1358,51</b>
----------------------	--------------------	--------------------	----------------------	------------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**

**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

30.04.2026г.

Завтрак	Выход блюد	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Каша вязкая «Дружба»	150/3	3,7	3,9	17,9	122,2
	180/5	4,42	6,7	21,6	155,82
Кофейный напиток на молоке	170	2,68	2,26	13,55	85,9
	200	3,15	2,59	12,87	87,11
Бутерброд с маслом	30/3	2,31	2,67	15,07	93,49
	35/5	2,7	4,35	17,6	120,29
		<b>8,69/10,27</b>	<b>8,83/13,64</b>	<b>46,52/52,07</b>	<b>301,59/363,22</b>

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Яблоко свежее	150/180	0,52/0,63	0,52/0,63	12,93/15,52	62,04/74,45
		<b>0,52/0,63</b>	<b>0,52/0,63</b>	<b>12,93/15,52</b>	<b>62,04/74,45</b>

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Суп картофельный с рыбой	150	16,82	4,73	12,15	158,77
	180	20,19	5,68	14,58	190,53
Рыба, тушеная с овощами	60 / 80	5,74/7,66	2,88/3,85	1,65/2,2	55,5/74
Каша рисовая рассыпчатая	110/130	2,64/3,12	4,4/5,2	26,95/31,85	160,6/189,8
Икра морковная	30/50	0,66/1,1	2,4/2,3	3,35/5,43	38,7/46,85
Компот из кураги (С – вит.)	150	0,12	0,1	18,1	73,5
	180	0,14	0,12	21,72	101,7
Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04
	35	2,33	0,34	14,07	66,54
		<b>27,98/34,44</b>	<b>14,81/17,38</b>	<b>74,26/77,43</b>	<b>544,11/669,42</b>

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Омлет натуральный с маслом	120/150	10,8/13,5	10,24/12,8	8,2/10,25	188,4/235,5
Чай с сахаром	150 /200	0,04/0,04	0,01/0,01	6,99/9,3	28/37,3
		<b>10,84/13,64</b>	<b>10,25/12,92</b>	<b>15,19/31,97</b>	<b>216,4/270,8</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>48,03/58,98</b>	<b>34,41/44,57</b>	<b>148,9/176,99</b>	<b>1124,14/1377,89</b>
----------------------	--	--------------------	--------------------	---------------------	------------------------