

**4-я неделя**  
**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**  
**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**  
27.10.2025г.

| <b>Завтрак</b>                   | <b>Выход<br/>блюд</b> | <b>Б</b>          | <b>Ж</b>          | <b>У</b>            | <b>Энерг. ценн.</b>  |
|----------------------------------|-----------------------|-------------------|-------------------|---------------------|----------------------|
|                                  | <b>ясли /<br/>сад</b> | <b>ясли / сад</b> | <b>ясли /сад</b>  | <b>ясли / сад</b>   | <b>ясли /сад</b>     |
| Каша пшенная на сгущенном молоке | 150/3<br>185/5        | 5,26<br>6,47      | 6,06<br>7,4       | 21,2<br>26,17       | 159,7<br>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<br>35/5          | 2,31<br>2,7       | 2,67<br>4,35      | 15,07<br>17,6       | 93,49<br>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> |

| <b>II – ой завтрак (10.00)</b> | <b>Выход<br/>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>   |
| 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>      |

| <b>Обед</b>                                         | <b>Выход<br/>блюд</b> | <b>Б</b>           | <b>Ж</b>           | <b>У</b>           | <b>Энерг. ценн.</b> |
|-----------------------------------------------------|-----------------------|--------------------|--------------------|--------------------|---------------------|
|                                                     | <b>ясли /<br/>сад</b> | <b>ясли / сад</b>  | <b>ясли /сад</b>   | <b>ясли / сад</b>  | <b>ясли /сад</b>    |
| Суп картоф. с макар. издел. и мясными фрикадельками | 150/15<br>175/25      | 4,53<br>7,53       | 3,15<br>4,98       | 10,32<br>12,82     | 88,41<br>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 – витамин.)                | 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> |

| <b>Полдник</b> | <b>Выход<br/>блюд</b> | <b>Б</b>          | <b>Ж</b>         | <b>У</b>          | <b>Энерг. ценн.</b>  |
|----------------|-----------------------|-------------------|------------------|-------------------|----------------------|
|                | <b>ясли /<br/>сад</b> | <b>ясли / сад</b> | <b>ясли /сад</b> | <b>ясли / сад</b> | <b>ясли /сад</b>     |
| 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<br>180/7      | 0,07<br>0,08      | 0,01<br>0,01     | 7,1<br>8,52       | 29<br>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 3-7лет)**  
28.10.2025г.

| <b>Завтрак</b>             | <b>Выход<br/>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 пшеничная      | 150/3<br>180/5        | 3,15<br>4,1       | 2,89<br>5,42      | 22,8<br>29,32      | 130<br>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<br>30/15        | 3,11<br>5,77      | 4,58<br>4,62      | 9,7<br>15,05       | 80,14<br>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> |

| <b>II – ой завтрак (10.00)</b> | <b>Выход<br/>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 (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<br/>блюд</b> | <b>Б</b>           | <b>Ж</b>           | <b>У</b>           | <b>Энерг. ценн.</b>  |
|--------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------|--------------------|--------------------|----------------------|
|                                                        | <b>ясли /<br/>сад</b> | <b>ясли / сад</b>  | <b>ясли /сад</b>   | <b>ясли / сад</b>  | <b>ясли /сад</b>     |
| Щи из св. капусты и картоф. со сметаной на м/к бульоне | 150/5<br>180/8        | 6,24<br>7,49       | 4,74<br>5,69       | 9,68<br>11,61      | 108,94<br>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-витаминация              | 150<br>180            | 0,4<br>0,49        | 0,16<br>0,2        | 13,92<br>16,71     | 66,68<br>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> |

| <b>Полдник</b>             | <b>Выход<br/>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 | 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)**

29.10.2025г.

| <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)**

30.10.2025г.

| <b>Завтрак</b>                       | <b>Выход<br/>блюد</b> | <b>Б</b>           | <b>Ж</b>          | <b>У</b>          | <b>Энерг. ценн.</b>  |
|--------------------------------------|-----------------------|--------------------|-------------------|-------------------|----------------------|
|                                      | <b>ясли /<br/>сад</b> | <b>ясли / сад</b>  | <b>ясли /сад</b>  | <b>ясли / сад</b> | <b>ясли /сад</b>     |
| Суп молочный с макар-ми<br>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> |

| <b>II – ой завтрак (10.00)</b> | <b>Выход<br/>блюд</b> | <b>Б</b>          | <b>Ж</b>         | <b>У</b>          | <b>Энерг. ценн.</b> |
|--------------------------------|-----------------------|-------------------|------------------|-------------------|---------------------|
|                                | <b>ясли /<br/>сад</b> | <b>ясли / сад</b> | <b>ясли /сад</b> | <b>ясли / сад</b> | <b>ясли /сад</b>    |
| 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>  |

| <b>Обед</b>                         | <b>Выход<br/>блюд</b> | <b>Б</b>           | <b>Ж</b>         | <b>У</b>           | <b>Энерг. ценн.</b>  |
|-------------------------------------|-----------------------|--------------------|------------------|--------------------|----------------------|
|                                     | <b>ясли /<br/>сад</b> | <b>ясли / сад</b>  | <b>ясли /сад</b> | <b>ясли / сад</b>  | <b>ясли /сад</b>     |
| 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<br>(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> |

| <b>Полдник</b>        | <b>Выход<br/>блюд</b> | <b>Б</b>          | <b>Ж</b>          | <b>У</b>           | <b>Энерг. ценн.</b>  |
|-----------------------|-----------------------|-------------------|-------------------|--------------------|----------------------|
|                       | <b>ясли /<br/>сад</b> | <b>ясли / сад</b> | <b>ясли /сад</b>  | <b>ясли / сад</b>  | <b>ясли /сад</b>     |
| 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)**

31.10.2025г.

| <b>Завтрак</b>                     | <b>Выход<br/>блюд</b> | <b>Б</b>          | <b>Ж</b>           | <b>У</b>           | <b>Энерг. ценн.</b>  |
|------------------------------------|-----------------------|-------------------|--------------------|--------------------|----------------------|
|                                    | <b>ясли /<br/>сад</b> | <b>ясли / сад</b> | <b>ясли /сад</b>   | <b>ясли / сад</b>  | <b>ясли /сад</b>     |
| Каша молочная кукурузная<br>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> |

| <b>II – ой завтрак (10.00)</b> | <b>Выход<br/>блюд</b> | <b>Б</b>          | <b>Ж</b>         | <b>У</b>          | <b>Энерг. ценн.</b>  |
|--------------------------------|-----------------------|-------------------|------------------|-------------------|----------------------|
|                                | <b>ясли /<br/>сад</b> | <b>ясли / сад</b> | <b>ясли /сад</b> | <b>ясли / сад</b> | <b>ясли /сад</b>     |
| 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> |

| <b>Обед</b>                                              | <b>Выход<br/>блюд</b> | <b>Б</b>           | <b>Ж</b>           | <b>У</b>           | <b>Энерг. ценн.</b>  |
|----------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------|--------------------|--------------------|----------------------|
|                                                          | <b>ясли /<br/>сад</b> | <b>ясли / сад</b>  | <b>ясли /сад</b>   | <b>ясли / сад</b>  | <b>ясли /сад</b>     |
| Рассольник «Ленинградский»<br>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<br>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> |

| <b>Полдник</b>   | <b>Выход<br/>блюд</b> | <b>Б</b>          | <b>Ж</b>         | <b>У</b>           | <b>Энерг. ценн.</b> |
|------------------|-----------------------|-------------------|------------------|--------------------|---------------------|
|                  | <b>ясли /<br/>сад</b> | <b>ясли / сад</b> | <b>ясли /сад</b> | <b>ясли / сад</b>  | <b>ясли /сад</b>    |
| 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> |
|----------------------|-------------------|--------------------|----------------------|------------------------|

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**

**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

01.11.2025г.

| <b>Завтрак</b>                       | <b>Выход<br/>блюд</b> | <b>Б</b>              | <b>Ж</b>          | <b>У</b>           | <b>Энерг. ценн.</b> |
|--------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------|--------------------|---------------------|
|                                      | <b>ясли / сад</b>     | <b>ясли /<br/>сад</b> | <b>ясли /сад</b>  | <b>ясли / сад</b>  | <b>ясли /сад</b>    |
| Суп молочный с макар-ми<br>изделиями | 160/1,5<br>180/2,5    | 4,54<br>5,13          | 4,16<br>4,68      | 15,04<br>16,92     | 116,16<br>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<br>37,5/13       | 1,87<br>1,96          | 0,16<br>3,09      | 15,37<br>21,9      | 70,31<br>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<br/>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 (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<br/>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.<br>на м/к бульоне со сметаной | 150/5<br>200/8        | 6,24<br>8,32      | 4,74<br>6,32     | 9,68<br>12,9      | 108,94<br>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- витамин-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<br/>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> |
|----------------------|----------------|----------------------|------------------|---------------------|