

**3-я неделя**  
**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**  
**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7лет)**  
02.02.2026г.

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

<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>				
Сок фруктовый	1750 180	0,75 0,09	0 0,2	15,15 19,6	64 89,2
		<b>0,75/0,9</b>	<b>0/0,2</b>	<b>15,15/19,6</b>	<b>64/89,2</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>
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	150/5 200/8	2,3 4,09	3,81 4,51	9,66 11,98	83,06 107
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)	150 200	0,33 0,44	0,01 0,02	20,83 27,78	84,75 113
Хлеб ржано-пшеничный	30 37,5	2 2,5	0,3 0,37	12,06 15,08	57,04 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>

<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>яśli / сад</b>	<b>яśli / сад</b>
Манник	75/85	4,01/4,54	4,27/4,84	35,77/40,54	190,87/216,3
Чай с лимоном	150/3,5 180/7	0,07 0,08	0,01 0,01	7,1 8,52	29 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 3-7лет)**  
03.02.2026г.

<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 жидкая манная на молоке	150/3 165/5	3,93 4,25	3,76 5,33	18,82 54,49	124,48 149,94
Кофеинный 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>

<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>
Бифидок	130 130	3,77 4,35	4,16 4,8	13,87 16	76,7 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>

<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 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>

<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>яśli / сад</b>	<b>ясли / сад</b>
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 3-7лет)**

04.02.2026г.

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

<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>
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>

<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 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)	150 180	0,12 0,14	0,008 0,12	11,58 21,7	47,08 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>

<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>яśli / сад</b>	<b>ясли / сад</b>
Булочка домашняя	50 / 80	3/4,8	4/6,4	14,5/23,2	118,06/188,9
Молоко кипячёное	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 3-7лет)**

05.02.2026г.

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

<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>
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>

<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 рыбой	150 180	16,82 20,19	4,73 5,68	12,15 14,58	158,77 190,53
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.)	150 180	0,12 0,14	0,1 0,12	18,1 21,72	73,5 101,7
Хлеб ржано-пшеничный	30 35	2 2,33	0,3 0,34	12,06 14,07	57,04 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>

<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>яśli / сад</b>	<b>яśli / сад</b>
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>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>
----------------------	--------------------	--------------------	---------------------	------------------------

**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**

**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

06.02.2026г.

<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>
Суп молочный с макар-ми изделиями	150/180	4,25/5,11	3,9/4,68	14,01/16,92	108,9/130,68
Какао с молоком	160/200	3,1/3,87	2,51/3,13	10,04/13,018	74,63/95,71
Бутерброд с сыром	30/10 30/15	3,11 5,77	4,58 4,62	9,7 15,05	80,14 125,65
		<b>10,46/14,75</b>	<b>10,99/12,43</b>	<b>33,84/45,15</b>	<b>263,67/352,04</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>
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 «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной	150/5 200/8	3,24 4,32	3,5 4,67	11,3 15,06	89,7 119,6
Биточки рубленые (свинина)	60/80	9,33/12,44	6,93/9,24	9,42/12,56	137,25/183
Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	110/130	6,05/7,83	3,97/4,9	26,7/ 31,29	125,05/142,17
Свекла отварная	30/50	1,95/3,25	1,53/2,56	2,64/4,4	14,1/23,5
Компот из свежих яблок (С – вит-ия)	150 / 180	0,12/0,14	0,12/ 0,14	12,91/13,5	52/54,82
Хлеб ржано-пшеничный	30 / 37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,06/15,08	57,04/71,3
		<b>22,69/30,48</b>	<b>16,35/21,88</b>	<b>75,03/91,89</b>	<b>475,14/594,39</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>яśli / сад</b>	<b>яśli / сад</b>
Пирожок печенный с капустой и яйцом	60/70	4,52/5,25	5,23/7,31	20,78/24,24	159,8/186,37
Сок фруктовый	150/180	0,75/0,9	0/0	15,15/18,18	64/76
		<b>5,27/6,15</b>	<b>5,23/7,31</b>	<b>35,93/42,42</b>	<b>223,8/262,37</b>

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>41,8/55,6</b>	<b>35,5/45,3</b>	<b>149,5/185,3</b>	<b>1024,3/1285,9</b>
----------------------	------------------	------------------	--------------------	----------------------

**4-я неделя**  
**МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**  
**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7лет)**  
09.02.2026г.

<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 пшеничная на сгущенном молоке	150/3 185/5	5,26 6,47	6,06 7,4	21,2 26,17	159,7 197,02
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 35/5	2,31 2,7	2,67 4,35	15,07 17,6	93,49 120,29
		<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 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>яśli / сад</b>	<b>яśli / 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 блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>яśli /сад</b>	<b>яśli / сад</b>	<b>яśli / сад</b>
Суп картоф. с макар. изделил. и мясными фрикадельками	150/15 175/25	4,53 7,53	3,15 4,98	10,32 12,82	88,41 131,13
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 блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>яśli /сад</b>	<b>яśli / сад</b>	<b>яśli / сад</b>
Манник	75/85	4,01/4,54	4,27/4,84	35,77/40,54	190,87/216,3
Чай с лимоном	150/3,5 180/7	0,07 0,08	0,01 0,01	7,1 8,52	29 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)**

10.02.2026г.

<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 жидкая пшеничная	150/3 180/5	3,15 4,1	2,89 5,42	22,8 29,32	130 182,87
Кофеинный 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 30/15	3,11 5,77	4,58 4,62	9,7 15,05	80,14 125,65
		<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>П – 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 (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>яśli / сад</b>	<b>яśli /сад</b>
Щи из св. капусты и картоф. со сметаной на м/к бульоне	150/5 180/8	6,24 7,49	4,74 5,69	9,68 11,61	108,94 130,7
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	150 180	0,4 0,49	0,16 0,2	13,92 16,71	66,68 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 блюд</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Энерг. ценн.</b>
	<b>ясли / сад</b>	<b>ясли / сад</b>	<b>яśli / сад</b>	<b>яśli / сад</b>	<b>яśli /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 3-7лет)**

11.02.2026г.

<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»	160/3 180/5	3,94 4,42	4,16 6,17	19,09 21,6	130,34 155,82
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 37,5/13	2,25 1,96	0,18 3,0,9	19,72 21,9	89,53 123,26
		<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>П – 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	150/5 180/8	3,07 3,68	3,38 4,01	8,98 10,78	78,75 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	110 130	4,18 4,94	0,55 0,65	22,88 27,04	113,7 134,42
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 70	3,9 4,55	2,7 3,15	22,8 22,6	132 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 3-7лет)**  
12.02.2026г.

<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>
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 35/5	2,31 2,7	2,67 4,35	15,07 17,6	93,49 120,29
		<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 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	3,7/4,22	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 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 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)	150 180	0,12 0,14	0,12 0,14	12,91 13,5	52 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 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>
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)**

13.02.2026г.

<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 молочная кукурузная жидкая	150/3 200/5	3,89 5,19	4,51 6,02	16,71 22,29	120,9 161,2
Кофеинный 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 30/15	3,11 5,77	4,58 4,62	9,7 15,05	80,14 125,65
		<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>П – 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>
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 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 «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной	150/5 180/4	3,24 3,88	3,5 4,2	11,3 13,56	89,7 107,64
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)	150/3,5 180/7	0,07 0,08	0,01 0,01	7,1 8,52	29 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 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 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>
----------------------	-------------------	--------------------	----------------------	------------------------