

# Меню на 12.01.2026

Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность	
	ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>				
Каша гречневая с маслом	160	194	86,74	95,56
Бутерброд с маслом	25	36	96,4	109,4
Чай с сахаром	170	170	125,66	125,66
<b>Обед</b>				
Суп щи со сметаной на мясном бульоне	150	180	45,38	89,75
Плов с мясом	150	200	170,2	230,35
Салат из лука	30	50	70,6	111,71
Хлеб ржаной	40	50	68,4	75,6
Компот из сухофруктов с вит. «С»	150	180	148,44	192,97
<b>Полдник</b>				
Кондитерские изделия	30	50	96,66	156,66
Кисломолочный напиток	200	200	113,34	113,34
<b>Ужин</b>				
Творожный пудинг с молочным соусом	180	220	132,88	247,7
Хлеб пшеничный	20	30	75,4	78,6
Чай	180	180	128,7	128,7

# Меню на 13.01.2026

Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность	
	ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>				
Каша пшеничная жидккая с маслом	150	184	79,15	170,94
Бутерброд с маслом	35	46	106,5	109,4
Какао на молоке	180	180	125,66	125,66
Яблоко	95	100	41,2	44,0
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	180	42,36	49,68
Суфле куриное	60	90	38,7	76,14
Картофельное пюре	100	120	121,5	123,9
Салат из лука	30	50	70,6	111,71
Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	25/25	68,4	75,6
Компот из сухофруктов	150	180	148,44	192,97
<b>Полдник</b>				
Выпечка	50	50	113,88	156,66
Кисломолочный напиток	150	200	96,12	113,34
<b>Ужин</b>				
Котлета рыбная	200	220	154	242,7
Овощи отварные				
Хлеб	20	50	75,4	78,6
Чай с сахаром	180	200	120,6	128,7

# Меню на 14.01.2026

Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность	
	ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>				
Каша «Дружба»	150	184	123,21	167,82
Бутерброд с маслом	25	36	106,5	109,4
Кофейный напиток с молоком	180	180	125,66	125,66
Яблоко	95	100	41,2	44,0
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с крупой на мясном бульоне, со сметаной.	150	180	42,56	49,68
Капуста тушеная с мясом	150	200	113,43	200,04
Яйцо вареное	20	20	70,6	111,71
Хлеб ржаной	40	50	68,4	75,6
Компот из сухофруктов	150	180	148,44	192,97
<b>Полдник</b>				
Выпечка.	50	50	113,38	113,38
Кисломолочный напиток	150	200	96,62	156,62
<b>Ужин</b>				
Макароны отварные с сыром	170	200	154,0	242,7
Хлеб пшеничный	30	50	75,4	78,6
Сок фруктовый	200	200	120,6	128,7

# Меню на 15.01.2026

Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность	
	ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>				
Каша овсяная «Геркулес» вязкая	150	184	76,64	170,94
Бутерброд с маслом	25	36	106,5	109,4
Кофейный напиток с молоком.	180	180	125,66	125,66
Яблоко	95	100	41,2	44,0
<b>Обед</b>				
Суп рассольник Ленинградский со сметаной	150	180	42,36	49,68
Запеканка картофельная с печенью	170	240	160,2	200,04
Овощи порционные отварные	30	50	70,6	111,71
Хлеб ржаной	40	50	68,4	75,6
Компот из смеси сухофруктов с вит.«С»	150	180	148,44	192,97
<b>Полдник</b>				
Выпечка	50	50	113,38	113,38
Кисломолочный напиток	150	200	96,12	156,62
<b>Ужин</b>				
Рыба запеченная с овощами. Рис отварной	170	200	145,9	242,7
Хлеб пшеничный	30	50	75,4	78,6
Чай с сахаром	200	200	128,7	128,7

# Меню на 16.01.2026

Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность	
	ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>				
Суп молочный с макаронными изделиями	150	184	139,06	160,94
Бутерброд с маслом	35	46	106,5	109,4
Какао на молоке	170	170	125,66	125,66
Яблоко	95	100	41,2	44,0
<b>Обед</b>				
Суп картофельный со свеклой на мясном бульоне	150	180	32,36	79,68
Кнели из говядины с рисом	50	80	49,8	86,34
Горошица	100	150	99,49	123,7
Салат из лука	30	50	70,6	111,71
Хлеб ржаной/пшеничный	40	50	68,4	75,6
Компот из сухофруктов с вит. «С».	150	180	148,44	192,97
<b>Полдник</b>				
Кондитерские изделия.	30	50	96,60	156,66
сок	200	200	113,34	113,34
<b>Ужин</b>				
Запеканка морковная с повидлом	180	200	125,0	202,7
Хлеб пшеничный.	30	50	65,4	88,6
Чай с сахаром.	190	200	120,6	128,7

