"СОГЛАСОВАНО"
Заведующий ГБДОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Сад 3-7 лет 12 часов
Сезон осень-зима

Неделя 1 день: 1

"_____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (Пшеничка, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	180	6,12	5,22	28,89	187,47
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ (Чай, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	1,6	1,1	8,7	50,9
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04
Итого за Завтрак	**425**	**10,59**	**9,02**	**56,82**	**351,29**
Завтрак II					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ ПИТЬЕВОЙ	200	2,94	5	13,05	90,34
Итого за Завтрак II	**200**	**2,94**	**5**	**13,05**	**90,34**
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (Капуста квашенная, Масло растительное, Сахарный песок)	60	0,9	3	4,6	52
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ОТВАРНОЙ КУРОЙ (Цыплята бройлер, Вермишель, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	180/10	3,29	2,66	16,39	102,68
ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ (Томат - паста, Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	220	9,44	11,04	17,89	208,66
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	200	0,1		26,8	107,6
Итого за Обед	**750**	**18,65**	**18,21**	**99,55**	**640,14**
Уплотненный полдник					
САЛАТ "СВЕТЛЯЧОК" (Свекла очищенная, Горошек зелёный консерв., Масло растительное, Соль)	60	0,98	2,47	13,56	43,74
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ (П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ, Молоко, Вода питьевая, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль)	80	8,43	10,67	6,72	158,93
РАГУ ОВОЩНОЕ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ (Овощи замороженные (капуста цветная), Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	2,7	7	18,7	148,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38
Итого за Уплотненный полдник	**515**	**15,75**	**21,23**	**76,43**	**525,63**
Итого за день	**1 890**	**47,93**	**53,46**	**245,85**	**1607,4**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Заведующий ГБДОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Сад 3-7 лет 12 часов
Сезон осень-зима

Неделя 1 день: 2

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С ТЫКВОЙ (Тыква, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Сахарный песок, Соль)	160	5,28	6,9	35,7	225,6
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр, Батон)	25/10	3,7	3,67	9,88	87,71
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,2		6,5	26,8
АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	37,8
Итого за Завтрак	**495**	**10,08**	**10,77**	**60,18**	**377,91**
Завтрак II					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,56	91,8
Итого за Завтрак II	**180**	**5,22**	**4,5**	**7,56**	**91,8**
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	50	0,42	0,08	1,25	7,08
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	180/10	4,28	6,18	9,28	112,06
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (Батон, Яйцо, Рыба филе с/м, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	80	7,44	7,12	2,4	106,32
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	3,2	5,2	19,8	139,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ (Брусника протёртая с сахаром, Вода питьевая)	200	0,14	0,06	20	81,06
Итого за Обед	**750**	**20,4**	**20,15**	**86,6**	**615,12**
Уплотненный полдник					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ ЗАПЕЧЕННОЙ (Яйцо, Морковь очищенная, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	210	9,43	15,39	7,35	205,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,12	0,05	25	100,93
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	109,8
Итого за Уплотненный полдник	**505**	**15,45**	**20,81**	**76,3**	**554,42**
Итого за день	**1 930**	**51,15**	**56,23**	**230,64**	**1639,25**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Заведующий ГБДОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Сад 3-7 лет 12 часов
Сезон осень-зима

Неделя 1 день: 3

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ОВСЯНО-ГРЕЧНЕВАЯ "ЗДОРОВЬЕ" (Геркулес, Молоко, Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	200	9	9,1	30,5	239,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	200	0,3		6,7	27,9
ВАФЛИ	20	0,55	0,65	15	68,05
Итого за Завтрак	**440**	**10,95**	**10,34**	**60,1**	**377,35**
Завтрак II					
КЕФИР М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,2	90
Итого за Завтрак II	**180**	**5,22**	**4,5**	**7,2**	**90**
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (Морковь очищенная, Горошек зелёный консерв., Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	60	0,9	4	2,8	54
СУП РЫБНЫЙ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	180	4,46	4,56	14,52	116,98
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И СОУСОМ СМЕТАННО ТОМАТНЫМ (Томат - паста, Яйцо, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сметана, Соль, Сухари панировочные)	220	13,02	18,8	32,14	349,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА (Яблоко свежее, Шиповник, плоды шиповника сушеные, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,2	0,2	8,6	37
Итого за Обед	**705**	**21,32**	**28,47**	**76,97**	**652,8**
Уплотненный полдник					
ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ (Творог, Яйцо, Варенье, Молоко, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль)	185	7,47	8,32	36,72	251,61
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр, Батон)	25/10	3,7	3,67	9,88	87,71
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38
Итого за Уплотненный полдник	**500**	**13,57**	**12,67**	**86,14**	**514,7**
Итого за день	**1 825**	**51,06**	**55,98**	**230,41**	**1634,85**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Заведующий ГБДОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"
_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Сад 3-7 лет 12 часов
Сезон осень-зима

Неделя 1 день: 4

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА" (Пшено, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Сахарный песок, Соль)	180	4,5	5,22	21,69	152,01
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр, Батон)	25/10	3,7	3,67	9,88	87,71
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (Молоко, Кофейный напиток, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	3,42	2,61	10,17	77,4
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	**495**	**12,02**	**11,9**	**51,54**	**364,12**
Завтрак II					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ ПИТЬЕВОЙ	200	2,94	5	13,05	90,34
Итого за Завтрак II	**200**	**2,94**	**5**	**13,05**	**90,34**
Обед					
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	60	0,6	3,12	2,7	41,28
СУП-ПЮРЕ ИЗ ТЫКВЫ С ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Тыква, Молоко, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	180/10	4,19	4,41	19,73	135,59
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ (Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль, Сухари панировочные)	70	6,61	6,07	4,84	100,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	3,6	4,6	10,4	97,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ, Вода питьевая, Апельсины свежие, Сахарный песок)	200	0,22	0,22	16,89	70,44
Итого за Обед	**750**	**20,14**	**19,93**	**88,43**	**614,31**
Уплотненный полдник					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	50	0,42	0,08	1,25	7,08
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ (Яйцо, Морковь очищенная, Молоко, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Печень говяжья, Соль)	70	8,75	8,05	4,55	125,65
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Лук репчатый, Макароны, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	1,99	8,88	15,36	149,33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (Крахмал, Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,1		27,3	109,6
Итого за Уплотненный полдник	**550**	**16,18**	**18,52**	**82,33**	**560,86**
Итого за день	**1 995**	**51,28**	**55,35**	**235,35**	**1629,63**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Заведующий ГБДОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Сад 3-7 лет 12 часов
Сезон осень-зима

Неделя 1 день: 5

"_____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (Молоко, Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	200	5,5	4,54	17,86	134,22
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04
Итого за Завтрак	**460**	**9,49**	**7,77**	**58,81**	**343,47**
Завтрак II					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,56	91,8
Итого за Завтрак II	**180**	**5,22**	**4,5**	**7,56**	**91,8**
Обед					
САЛАТ "СВЕТЛЯЧОК" (Свекла очищенная, Горошек зелёный консерв., Масло растительное, Соль)	60	0,98	2,47	13,56	43,74
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Сметана, Соль)	180/10	4,3	6,72	4,81	97,01
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ (Батон, Вода питьевая, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	70	4,5	9,66	5,67	127,63
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	140	2,29	5,47	20,25	139,41
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,5	0,1	15	62,9
Итого за Обед	**725**	**16,67**	**25,49**	**87,24**	**608,77**
Уплотненный полдник					
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (Творог, Яйцо, Вода питьевая, Манная крупа, Масло растительное, Молоко сгущеное, Сахарный песок, Сметана, Соль, Сухари панировочные, Ванилин)	170	16,16	14,3	43,5	367,34
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	1,64	0,89	11,85	62,25
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Уплотненный полдник	**500**	**19,6**	**15,59**	**83,45**	**555,79**
Итого за день	**1 865**	**50,98**	**53,35**	**237,06**	**1599,83**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Заведующий ГБДОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Сад 3-7 лет 12 часов
Сезон осень-зима

Неделя 2 день: 1

"_____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" (Геркулес, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	180	7,18	9,56	32,85	246,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	200	0,3		6,7	27,9
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	**505**	**9,25**	**10,7**	**59,23**	**373,38**
Завтрак II					
КЕФИР М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,2	90
Итого за Завтрак II	**180**	**5,22**	**4,5**	**7,2**	**90**
Обед					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ (Кукуруза консервированная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	50	1,51	3,18	11,86	82
СУП РЫБНЫЙ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	180	4,46	4,56	14,52	116,98
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАННЫМ СОУСОМ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Рис, Сметана, Соль)	200	11,2	13,24	31,84	291,38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ, Вода питьевая, Апельсины свежие, Сахарный песок)	200	0,22	0,22	16,89	70,44
Итого за Обед	**670**	**19,86**	**21,96**	**92,04**	**645,4**
Уплотненный полдник					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Масло растительное, Помидоры свежие, Соль)	60	0,29	0,82	3,06	20,81
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ (Яйцо, Морковь очищенная, Молоко, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Печень говяжья, Соль)	80	10	9,2	5,2	143,6
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	3,2	5,2	19,8	139,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ (Брусника протёртая с сахаром, Вода питьевая)	180	0,13	0,05	18	72,95
ВАФЛИ	20	0,55	0,65	15	68,05
Итого за Уплотненный полдник	**530**	**16,64**	**16,68**	**77,99**	**529,41**
Итого за день	**1 885**	**50,97**	**53,84**	**236,46**	**1638,19**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Заведующий ГБДОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Сад 3-7 лет 12 часов
Сезон осень-зима

Неделя 2 день: 2

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Сахарный песок, Соль)	160	4,24	4,32	22,96	147,6
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр, Батон)	20/10	3,43	3,52	7,9	77,33
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (Молоко, Кофейный напиток, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	3,8	2,9	11,3	86
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04
Итого за Завтрак	**410**	**12,97**	**12,7**	**51,51**	**371,97**
Завтрак II					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ ПИТЬЕВОЙ	200	2,94	5	13,05	90,34
Итого за Завтрак II	**200**	**2,94**	**5**	**13,05**	**90,34**
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	50	0,58	0,08	1,92	10,67
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	180/10	5,85	3,4	21	138,34
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (Батон, Рыба филе с/м, Вода питьевая, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	70	8,04	9,24	11,98	163,21
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	2,45	5,86	21,7	149,37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38
Итого за Обед	**685**	**20,56**	**19,67**	**94,05**	**635,95**
Уплотненный полдник					
САЛАТ "СВЕТЛЯЧОК" (Свекла очищенная, Горошек зелёный консерв., Масло растительное, Соль)	60	0,98	2,47	13,56	43,74
ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ (Томат - паста, Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Вода питьевая, Лук репчатый, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль)	70	5,76	6,44	5,11	101,44
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Лук репчатый, Макароны, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	1,99	8,88	15,36	149,33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	1	0,1	15,7	66,9
АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	37,8
Итого за Уплотненный полдник	**640**	**14,46**	**19,01**	**83,8**	**526,91**
Итого за день	**1 935**	**50,93**	**56,38**	**242,41**	**1625,17**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Заведующий ГБДОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Сад 3-7 лет 12 часов
Сезон осень-зима

Неделя 2 день: 3

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ (Тыква, Пшено, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	200	6,48	5,48	28,07	187,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ (Чай, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	1,6	1,1	8,7	50,9
ВАФЛИ	20	0,55	0,65	15	68,05
Итого за Завтрак	**445**	**10**	**7,97**	**61,65**	**358,33**
Завтрак II					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,56	91,8
Итого за Завтрак II	**180**	**5,22**	**4,5**	**7,56**	**91,8**
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (Капуста квашенная, Масло растительное, Сахарный песок)	60	0,9	3	4,6	52
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ОТВАРНОЙ КУРОЙ (Цыплята бройлер, Вермишель, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	180/10	3,29	2,66	16,39	102,68
РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	220	12,65	17,08	26,81	311,55
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,5	0,1	15	62,9
Итого за Обед	**715**	**20,08**	**23,75**	**81,71**	**624,11**
Уплотненный полдник					
СЫРНИКИ С ВАРЕНЬЕМ (Творог, Яйцо, Варенье, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок)	180	7,2	10,1	43,53	293,82
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	5	9,6	107
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96
Итого за Уплотненный полдник	**500**	**15,6**	**16,19**	**82,03**	**538,32**
Итого за день	**1 840**	**50,9**	**52,41**	**232,95**	**1612,56**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Заведующий ГБДОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Сад 3-7 лет 12 часов
Сезон осень-зима

Неделя 2 день: 4

"_____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ (Молоко, Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	200	7,1	5,8	26,6	187,3
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр, Батон)	25/10	3,7	3,67	9,88	87,71
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,27	0,08	14,22	58,69
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	**515**	**11,87**	**9,75**	**58,2**	**371,7**
Завтрак II					
КЕФИР М.Д.Ж.2,5%	180	5,22	4,5	7,2	90
Итого за Завтрак II	**180**	**5,22**	**4,5**	**7,2**	**90**
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (Морковь очищенная, Горошек зелёный консерв., Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	60	0,9	4	2,8	54
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	180/10	4,28	6,18	9,28	112,06
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (Батон, Мясо индейки(филе), Молоко, Вода питьевая, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	70	4,43	6,01	6,42	112,75
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	130	3	4,3	16,11	115,11
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	200	0,1		26,8	107,6
Итого за Обед	**710**	**16,27**	**21,84**	**86,24**	**627,62**
Уплотненный полдник					
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	60	0,6	3,12	2,7	41,28
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ (Батон, Рыба филе с/м, Вода питьевая, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сметана, Соль)	80	8,53	8,93	20,8	197,73
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	3,2	5,2	19,8	139,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38
Итого за Уплотненный полдник	**510**	**15,96**	**17,76**	**79,91**	**543,99**
Итого за день	**1 915**	**49,32**	**53,85**	**231,55**	**1633,31**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Заведующий ГБДОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"
_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Сад 3-7 лет 12 часов
Сезон осень-зима

Неделя 2 день: 5

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА" (Пшено, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Сахарный песок, Соль)	160	4	4,64	19,28	135,12
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
КАКАО С МОЛОКОМ (Какао порошок, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	3,24	2,93	11,34	84,65
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	**480**	**9,83**	**9,15**	**56,22**	**349,77**
Завтрак II					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ ПИТЬЕВОЙ	200	2,94	5	13,05	90,34
Итого за Завтрак II	**200**	**2,94**	**5**	**13,05**	**90,34**
Обед					
САЛАТ "СВЕТЛЯЧОК" (Свекла очищенная, Горошек зелёный консерв., Масло растительное, Соль)	60	0,98	2,47	13,56	43,74
СУП-ПЮРЕ ИЗ ТЫКВЫ С ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Тыква, Молоко, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	180/15	4,81	4,49	23,53	154
ЁЖИКИ МЯСНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ (Молоко, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Рис, Сметана, Соль)	90	7,81	8,87	10,56	153,37
ТУШЕНЫЕ ОВОЩИ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	140	2,42	4,96	14	110,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА (Яблоко свежее, Шиповник, плоды шиповника сушеные, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,2	0,2	8,6	37
Итого за Обед	**745**	**20,05**	**21,91**	**96,22**	**626,16**
Уплотненный полдник					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ ЗАПЕЧЕННОЙ (Яйцо, Морковь очищенная, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	210	9,43	15,39	7,35	205,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (Крахмал, Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,1		27,3	109,6
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	109,8
Итого за Уплотненный полдник	**500**	**15,16**	**20,61**	**76,62**	**552,71**
Итого за день	**1 925**	**47,98**	**56,67**	**242,11**	**1618,98**

Зав. производством _____