

Заведующий детским садом

Утверждаю:
Юровских Алена Владимировна
(подпись)

Меню на день 19 января 2026 г.

1 день: Столовая № 2

Категория

Аллергия на МБ (3-7 лет)

Диета ДС

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак						
Каша пшеничная жидкая на воде с м/р	200	4,5	5,9	43,3	244	1,99
Чай с сахаром	200	3,7	5,5	19,4	142	0,96
Хлеб ржаной	30	0,1		12,6	51	1,03
2-й завтрак						
Сок	200	0,7	0,4	11,3	51	
		0,5	0,2	21,8	91	8,57
Обед						
Салат из свеклы с чесноком	60	22,5	20,1	81,1	650	8,57
Рассольник "Домашний" с мясом с овощами	180/10	0,8	4	4,3	56	57,42
Зразы рубленые из мяса, запеченные	80	4,6	5,5	8,7	103	4,35
Каша гречневая вязкая с маслом растительным	150	11,6	9,2	4,9	149	18,76
Компот из изюма	180	4,1	0,8	29	194	28,15
Хлеб ржаной	30	0,3		14,1	58	2,66
Хлеб пшеничный	20	0,7	0,4	11,3	51	3,51
Полдник						
Печенье	50	0,4	0,2	8,8	39	
Чай с сахаром	180	2,9	6,9	19,8	204	12,33
Ужин						
Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная)	130	11,1	11,8	61,3	396	11,50
Шницель из курицы	70	2,2	5,2	7,4	85	0,83
Чай с сахаром	180	8,1	6,1	12,2	136	29,40
Фрукт	100	0,1		10,4	42	0,83
Хлеб ржаной	20	0,1	0,3	23,7	98	7,40
Соль						
Соль	5	0,6	0,2	7,6	35	
						0,10
Итого за день						
		42	45	227	1 585	0,10
						131,38

Повар

(подпись)



(подпись)
Зубкина Ю.В.
(расшифровка)

Мухлыгина Лидия Сергеевна
(расшифровка)

Утверждаю:
Юровских Алена Владимировна
(подпись)

Меню на день 19 января 2026 г.

1 день: Столовая № 2,

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак						
Каша манная жидкая	150	8,4	11,2	39	291	28,40
Бутерброд с маслом	15/5	4,1	4,5	18,9	133	13,28
Какао с молоком	180	1,6	3,8	7,4	70	5,10
2-й завтрак						
Сок	150	0,1		17,4	88	10,03
Обед						
Салат из свеклы с чесноком	40	19,5	17,3	59,6	70	6,43
Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной с овощами	150/10/5	0,6	3	3,4	43	2,98
Зразы рубленые из мяса, запеченные	60	4,2	2,8	7,1	70	21,82
Каша гречневая вязкая	120	9,9	7,7	4	125	21,21
Компот из изюма	150	3,6	3,4	15,9	109	5,10
Хлеб ржаной	20	0,2		12,8	52	2,88
Хлеб пшеничный	20	0,6	0,2	7,6	35	
Полдник						
Булочка с джемом	50	5,9	7,6	31,4	218	10,89
Снежок	150	2,2	4,1	25	146	10,89
Ужин						
Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная)	120	55,7	11	58,4	368	48,45
Шницель из курицы	50	1,9	4	6,3	69	12,33
Чай с молоком сгущенным	180	52	4,4	10	101	21,79
Фрукт	95	1,2	1,9	17,5	92	7,30
Хлеб пшеничный	10	0,1	0,4	16,4	70	7,03
Хлеб ржаной	10	0,2	0,1	4,4	19	
Соль						
Соль	3	0,3	0,2	3,8	17	0,06
Итого за день						
		90	47	206	1 420	148,21

Повар

[Подпись]
(подпись)



Зубова Ч.В.
(расшифровка)

Мухлыгина Лидия Сергеевна
(расшифровка)

Утверждаю:
Юровских Алена Владимировна
(подпись)

Меню на день 19 января 2026 г.

1 день: Столовая № 2

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак						
Каша манная жидкая		12,1	15,2	45,8	368,5	34,40
Бутерброд с маслом	200	6,1	6,7	21,2	170	18,98
Какао с молоком	15/5	1,6	3,8	7,4	70	5,10
2-й завтрак	200	4,4	4,7	17,2	128,5	10,32
Сок		0,5	0,2	21,8	91	8,57
Обед	200	0,5	0,2	21,8	91	8,57
Салат из свеклы с чесноком	60	22,9	22,9	81,3	622	67,16
Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной с овощами	180/10/5	0,8	4	4,3	56	4,32
Зразы рубленые из мяса, запеченные	80	4,7	3,8	8,7	88	23,60
Каша гречневая вязкая	150	11,8	9,4	5,1	152	29,21
Компот из изюма	180	4,2	5,1	29	178	6,53
Хлеб ржаной	30	0,3		14,1	58	3,51
Хлеб пшеничный	20	0,7	0,4	11,3	51	
Полдник		0,4	0,2	8,8	39	
Булочка с джемом		7,1	9,1	37,5	261	10,90
Снежок	50	2,2	4,1	25	146	10,90
Ужин	200	4,9	5	12,5	115	
Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная)		12,4	13,8	72,8	465	58,12
Шницель из курицы	130	2,2	5,2	7,4	85	13,34
Чай с молоком сгущенным	70	8,1	6,1	12,2	136	30,06
Фрукт	200	1,2	1,9	17,5	92	7,32
Хлеб пшеничный	100	0,1	0,3	23,7	98	7,40
Хлеб ржаной	10	0,2	0,1	4,4	19	
Соль	20	0,6	0,2	7,6	35	
Соль	5					0,10
Итого за день		55	61	259	1 808	179,23

Повар

[Подпись]
(подпись)



[Подпись]
(расшифровка)

Мухлыгина Лидия Сергеевна
(расшифровка)