



Меню 19 января 2026 г.

(с заболеванием аллергия на молочную продукцию)

Стоимость питания в день (ясли)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетичес	Белки	Жиры	Углеводы
<u>Завтрак 1</u>					
Каша овсяная "Геркулес" безмолочная жидкая	134	160,3	5,03	6,24	21,06
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,026	6,13
Хлеб пшен с вит-мин смесью "Валетек-8"	30	75	2,5	0,27	21
<u>Завтрак 2</u>					
Напиток "Апельсиновый"	150	54	0,1	0,01	11
<u>Обед</u>					
"Блумас аши" (затируха)	150	213	4,7	6,2	34,5
Чикенбол с соусом	70	142,9	5,7	10,5	6,4
Каша гречневая рассыпчатая с растительным маслом	110	164,3	6,16	3,96	25,37
Чай с сахаром и лимоном	150	27	0,01	0,03	6,5
Хлеб пшеничный	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	30	86	2,4	0,5	21,99
<u>Полдник</u>					
Макаронные изделия отварные с маслом растительным	110	96,3	2,56	2,75	15,3
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	15	37,5	1,25	0,13	10,5

Повар бригадир

ООО "Общепит" г. Салавата

Детский сад № 36/1

Медицинский работник

19 января 2026 г.

Меню 19 января 2026 г.

(с заболеванием аллергия на молочную продукцию)

Стоимость питания в день (сад)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетичес	Белки	Жиры	Углеводы
<u>Завтрак 1</u>					
Каша овсяная "Геркулес" безмолочная жидкая	155	185	5,8	7,2	24,3
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,026	6,13
Хлеб пшен с вит-мин смесью "Валетек-8"	45	100	3,75	0,41	31,5
<u>Завтрак 2</u>					
Сок фруктовый	100	46	0,5	0,1	10,1
<u>Обед</u>					
"Блумас аши" (затируха)	180	259	5,64	7,8	41,4
Чикенбол с соусом	80	171,4	6,8	12,6	7,6
Каша гречневая рассыпчатая с растительным маслом	130	194,2	7,28	4,68	30
Чай с сахаром и лимоном	180	27	0,01	0,03	6,5
Хлеб пшеничный	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	40	114,7	3,25	0,7	29,3
<u>Полдник</u>					
Макаронные изделия отварные с маслом растительным	130	130	3,02	6,6	26,4
Чай с сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14

Повар бригадир

Медицинский работник

19 января 2026 г.

Детский сад № 36/1

Согласовано
Заведующий

20 января 2026 г.

164

Меню 20 января 2026 г.
(с заболеванием аллергия на молочную продукцию)
Стоимость питания в день (ясли)

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша "Артек" безмолочная жидкая с маслом растительным	134	256,5	5,3	5	48,4
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,26	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	30	75	2,5	0,27	21
Завтрак 2					
Чай "Витаминизированный"	150	62,2	0,33	0,15	7,7
Кондитерское изделие (печенье)	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Салат "Пестрый"	26	26	0,3	1,35	3,2
Рассольник ленинградский без сметаны	150	83,4	2,82	3,6	9,2
Тефтели рыбные с соусом	70	105	5,2	6,4	6,72
Пюре картофельное без молока с маслом	110	100	2,2	3,4	14,75
Компот из свежих плодов	150	43	0,1	0,1	10,3
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	30	85,5	2,4	0,5	21,99
Полдник					
Курник "Аппетитный"	70	187	11,2	15,6	23,1
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6

Повар бригадир

ООО "Общепит" г. Салавата

Медицинский работник

Детский сад № 36/1

Меню 20 января 2026 г.
(с заболеванием аллергия на молочную продукцию)
Стоимость питания в день (сад)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша "Артек" безмолочная жидкая с маслом	155	295	6	5,7	55,75
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,26	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	45	100	3,75	0,41	31,5
Завтрак 2					
Чай "Витаминизированный"	180	74,7	0,45	0,18	9,2
Кондитерское изделие (печенье)	30	51,3	0,48	0,42	9,6
Обед					
Салат "Пестрый"	50	43,33	0,5	2,25	5,33
Рассольник ленинградский без сметаны	180	111,2	2,89	4,41	11
Тефтели рыбные с соусом	80	120	80	5,94	7,3
Пюре картофельное без молока с маслом	130	118,7	2,68	4	17,42
Компот из свежих плодов	180	46,8	0,18	0,009	11,34
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	40	114	3,25	0,66	29,3
Полдник					
Курник "Аппетитный"	70	187	11,2	15,6	23,1
Чай с сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52

Повар бригадир

Медицинский работник



Меню 21 января 2026 г.
(с заболеванием аллергия на молочную продукцию)

Стоимость питания в день (ясли)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая	Белки	Жиры	Углеводы
<u>Завтрак 1</u>					
Каша кукурузная без молока с маслом растительным	134	142	5	9	5,6
Чай с сахаром и лимоном	200	49,33	0,3	0,44	11
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	30	75	2,5	0,27	21
<u>Завтрак 2</u>					
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Кондитерское изделие (печенье)	30	102,6	0,96	0,84	19,1
<u>Обед</u>					
"Свекольник" без сметаны	150	71	1,3	3,1	8,9
Макаронные изделия отварные с маслом растительным	110	96,3	2,56	2,75	15,3
Салат из белокачанной капусты	30	27	0,7	1,4	3,1
Котлеты рубленые из птицы с соусом	70	98	8,33	12,45	9,13
Компот из смеси сухофруктов	150	36	0,7	0,03	8,2
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	30	96	2,44	0,5	22
<u>Полдник</u>					
Каша манная безмолочная с растительным маслом жидкая	134	123	3,55	5,22	16
Булочка кунцевская	50	153	3,9	3,35	23,7
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6

Повар бригадир

Медицинский работник

ООО "Общепит" г. Салавата

Детский сад № 36/1

Согласовано
Заведующий

21 января 2026 г.



Меню 21 января 2025 г.

(с заболеванием аллергия на молочную продукцию)

Стоимость питания в день (сад)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая	Белки	Жиры	Углеводы
<u>Завтрак 1</u>					
Каша кукурузная без молока с маслом растительным	155	185	6,5	11,7	8
Чай с сахаром и лимоном	200	49,33	0,3	0,44	11
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	45	100	3,75	0,41	31,5
<u>Завтрак 2</u>					
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Кондитерское изделие (печенье)	30	102,6	0,96	0,84	19,1
<u>Обед</u>					
"Свекольник" без сметаны	180	86	1,62	3,7	10,71
Макаронные изделия отварные с маслом растительным	130	113,8	3,023	3,25	18
Салат из белокачанной капусты	50	45	1,17	2,34	5,17
Котлеты рубленые из птицы с соусом	80	117,6	9,99	14,9	10,9
Компот из смеси сухофруктов	180	45	0,81	0,04	10,2
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	40	114,7	3,25	0,7	29,33
<u>Полдник</u>					
Каша манная безмолочная с растительным маслом жидкая	155	141,6	4,16	5,92	18,5
Булочка кунцевская	50	153	3,9	3,35	23,7
Чай с сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52

Повар бригадир

Медицинский работник



Меню 22 января 2026 г.

с заболеванием аллергия на молочную продукцию

Стоимость питания в день (ясли)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша безмолочная "Дружба" с маслом растительным	134	150,8	4,1	5,3	21,8
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,026	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	30	75	2,5	0,27	21
Завтрак 2					
Фрукты свежие	130	61,4	0,52	0,52	12,74
Обед					
Суп картофельный с лапшой домашней	150	104	6,8	5,9	5,9
Зразы "Школьные" с соусом	70	134,4	7	8,8	6,5
Рагу из овощей	110	126,8	6,6	6,02	10,42
Напиток "Апельсиновый"	150	54	0,1	0,01	11
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	30	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	30	86	2,44	0,5	22
Полдник					
Каша ячневая рассыпчатая с маслом растительным	110	131,4	3,54	2,93	22,1
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	15	37,5	1,25	0,13	10,5
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6

Повар бригадир

Медицинский работник



Меню 22 января 2025 г.

с заболеванием аллергия на молочную продукцию

Стоимость питания в день (сад)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша "Дружба" безмолочная с маслом растительным	155	174	4,7	6,1	25,1
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,26	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	45	100	3,75	0,41	31,5
Завтрак 2					
Фрукты свежие	130	61,4	0,52	0,52	12,74
Обед					
Суп картофельный с лапшой домашней	180	125	8,2	7,11	7,02
Зразы "Школьные" с соусом	80	161,3	8,4	10,65	7,8
Рагу из овощей	130	150	7,8	7,12	12,32
Напиток "Апельсиновый"	150	54	0,1	0,01	11
Хлеб пшеничный	30	75	2,5	0,27	21
Хлеб ржаной	40	114,7	3,25	0,7	29,33
Полдник					
Каша ячневая рассыпчатая с маслом растительным	130	155,3	4,18	3,46	26,1
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Чай с сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52



Меню 23 января 2026 г.

(с заболеванием аллергия на молочную продукцию)

Стоимость питания в день (ясли)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша безмолочная пшеничная с маслом растительным	134	162	4,85	5,72	22,9
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,026	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	30	75	2,5	0,27	21
Завтрак 2					
Напиток "Витаминизированный"	150	73,05	0,6	0,7	12
Кондитерское изделие (печенье)	30	102,6	0,96	0,84	19,1
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем без сметаны	150	64	2,5	3	7
Салат из моркови	30	30	0,3	1,4	4,4
Каша рисовая рассыпчатая с растительным маслом	110	147,4	2,75	2,64	27,5
Биточки паровые с соусом	70	85	7,4	6	6,1
Компот из свежих плодов	150	43	0,1	0,1	10,3
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	30	85,5	2,4	0,5	21,99
Полдник					
Каша "Артек" безмолочная жидкая с маслом растительным	134	256,5	5,3	5	48,4
Чай с сахаром	150	24	0,1	0,02	4,6
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	15	37,5	1,25	0,13	10,5

Повар бригадир

ООО "Общепит" г. Салавата

Медицинский работник

Согласовано

Заведующий

Детский сад № 36/1



Меню 23 января 2025 г.

(с заболеванием аллергия на молочную продукцию)

Стоимость питания в день (сад)

164

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша безмолочная пшеничная с маслом растительным	155	187	5,6	6,6	26,4
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,026	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	50	125	4,2	0,45	35
Завтрак 2					
Напиток "Витаминизированный"	150	73,5	0,6	0,07	12
Кондитерское изделие (печенье)	30	102,6	0,96	0,84	19,1
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем без сметаны	180	76,8	3	3,6	8,4
Салат из моркови	50	50	0,5	2,3	7,3
Каша рисовая рассыпчатая с растительным маслом	130	174,2	3,29	3,98	32,5
Биточки паровые с соусом	80	70,84	5,44	5,1	3,98
Компот из свежих плодов	150	43	0,1	0,1	10,3
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	40	114,7	3,25	0,7	29,33
Полдник					
Каша "Артек" безмолочная жидкая с маслом растительным	155	295,5	6	5,7	55,75
Чай с сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14