

Согласованно: Заведующий учреждения		Утверждаю ИП Муллайнанова Л.С.	

## МЕНЮ

19 января 2026 г

Прием пищи, наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево-	
<b>Ясли 10 ч.</b>					
ДП001,3	Масло слив. порционно	5	0,05	3,6	0,07
ДП00311	Каша пшеничная молочная жидккая	130	4,8	5,2	22,8
ДП00015	Чай с сахаром и лимоном	150	0,1	0,03	6,5
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	30	2,14	0,29	13,43
	<b>Всего за 1 завтрак</b>		<b>7,09</b>	<b>9,12</b>	<b>42,8</b>
<b>2 Завтрак</b>					
ДП0300	Напиток из плодов шиповника	150	0,5	0,2	20,2
	<b>Всего за 2 завтрак</b>		<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>
<b>Обед</b>					
ТК №5	Салат из белокачанной капусты	40	0,9	1,8	4,1
ДП00132	Рассольник ленинградский	150	1,3	3,5	9,2
СМ00191	Тефтели из говядины с рисом	50/20	5,7	7,9	6,4
ДП00332	Макаронные изделия отварные	110	3,9	3	24,3
ДП00639	Компот из сухофруктов	150	0,7	0,03	15,4
ДП0004	Хлеб ржано -пшеничный	32	0,88	0,12	5,76
	<b>Всего за обед:</b>		<b>13,38</b>	<b>16,35</b>	<b>65,16</b>
<b>Полдник</b>					
ДП00311	Каша рисовая молочная	130	3,3	4,6	20,5
ДП00286	Чай с сахаром	150	0	0	4,6
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	20	1,43	0,19	8,95
	<b>Всего за полдник:</b>		<b>4,73</b>	<b>4,79</b>	<b>34,05</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>25,70</b>	<b>30,46</b>	<b>128,16</b>
<b>ДЕТ.САД</b>					
<b>1 Завтрак</b>					
ДП001,3	Масло слив. порционно	5	0,05	3,6	0,07
ДП00311	Каша пшеничная молочная жидккая	150	5,6	6,6	26,4
ДП00015	Чай с сахаром и лимоном	150	0,1	0,03	6,5
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	30	2,14	0,29	13,43
	<b>Всего за 1 завтрак</b>		<b>7,89</b>	<b>10,52</b>	<b>46,40</b>
<b>2 Завтрак</b>					
ДП0300	Напиток из плодов шиповника	150	0,5	0,2	20,2
	<b>Всего за 2 завтрак</b>		<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>
<b>Обед</b>					
ТК №5	Салат из белокачанной капусты	50	1,12	1,44	5,1
ДП00132	Рассольник ленинградский	180	1,56	4,2	11,04
СМ00191	Тефтели из говядины с рисом	50/20	5,7	7,9	6,4
ДП00332	Макаронные изделия отварные	130	4,6	3,6	28,8
ДП00639	Компот из сухофруктов	180	0,84	0,06	18,4
ДП0004	Хлеб ржано -пшеничный	40	1,10	0,15	7,20
	<b>Всего за обед:</b>		<b>14,92</b>	<b>17,35</b>	<b>76,94</b>
<b>Полдник</b>					
ДП00311	Каша рисовая молочная	150	3,8	5,39	23,7
ДП00286	Чай с сахаром	180	0	0	5,5
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	20	1,43	0,19	8,95
	<b>Всего за полдник:</b>		<b>5,23</b>	<b>5,58</b>	<b>38,15</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>28,5</b>	<b>33,7</b>	<b>181,7</b>
<b>Ужин</b>					
ДП00286	Плюшка московская	60	5	10	38
ДП00333	Чай полусладкий	180	0	0	8,19
	<b>Итого за ужин</b>		<b>5,0</b>	<b>10,0</b>	<b>46,2</b>
					<b>179</b>


Согласованно:  
Заведующий учреждения



**МЕНЮ 20 января 2026 г**

Прием пищи, наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углево-		
<b>Ясли 10 ч.</b>						
ДП00207	Каша овсян. геркулес молочная	130	5	6,24	21	160
ДП0062	Какао с молоком	150	2,7	2	9,9	70
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	30	2,14	0,29	13,43	65
	<b>Всего за 1 завтрак</b>			<b>9,84</b>	<b>8,53</b>	<b>44,33</b>
<b>1 Завтрак</b>						
ДП00305	Кисель витаминный	150	0	0	15	57
	<b>Всего за 2 завтрак</b>				<b>15</b>	<b>57</b>
<b>Обед</b>						
ДП001,5	Огурец консервир. порционно	30	0,24	0,03	0,48	3
ДП00124	Щи из св. капусты с картоф.	150	1	3,2	5,1	56
ДП380	Гуляш из птицы	30/30	7,47	7,9	1,7	108
ТК№184	Каша перловая рассыпчатая	110	8,37	2,64	23,24	132
ДП00701	Напиток яблочный	150	0,07	0,07	18,02	73
ДП0004	Хлеб ржано -пшеничный	32	0,88	0,12	5,76	30
	<b>Всего за обед:</b>			<b>18,03</b>	<b>13,96</b>	<b>54,3</b>
<b>Полдник</b>						
ДП00340	Омлет натуральный	70	6,76	11,08	1,28	131
ДП00333	Чай полусладкий	150	0,00	0,00	3,00	19
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	20	1,43	0,19	8,95	43
	<b>Всего за полдник:</b>			<b>8,19</b>	<b>11,27</b>	<b>13,23</b>
	<b>Всего за день:</b>			<b>36,1</b>	<b>33,8</b>	<b>126,9</b>
<b>ДЕТ .САД</b>						
<b>1 Завтрак</b>						
ДП00207	Каша овсян.геркулес молоч. жидкая	150	5,8	7,2	24,3	185
ДП0062	Какао с молоком	180	2,87	2,77	12,19	86
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	30	2,14	0,29	13,43	65
	<b>Всего за 1 завтрак</b>			<b>10,81</b>	<b>10,26</b>	<b>49,92</b>
<b>2 Завтрак</b>						
ДП00305	Кисель витаминный	150	0	0	15	57
	<b>Всего за 2 завтрак</b>				<b>15</b>	<b>57</b>
<b>Обед</b>						
ДП001,5	Огурец консервир. порционно	40	0,32	0,04	0,64	4
ДП00124	Щи из св. капусты с картоф.	180	1,2	3,8	6,1	67
ДП380	Гуляш из птицы	30/30	7,47	7,9	1,7	108
ТК№184	Каша перловая рассыпчатая	130	4	3,12	27,47	156
ДП00701	Напиток яблочный	180	0,09	0,09	23,76	96
ДП0004	Хлеб ржано -пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38
	<b>Всего за обед:</b>			<b>14,18</b>	<b>15,1</b>	<b>66,87</b>
<b>Полдник</b>						
ДП00340	Омлет натуральный	80	7,73	12,66	1,46	150
ДП00333	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	8,19	23
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	20	1,43	0,19	8,95	43
	<b>Всего за полдник:</b>			<b>9,16</b>	<b>12,85</b>	<b>18,6</b>
	<b>Всего за день:</b>			<b>34,2</b>	<b>38,2</b>	<b>150,4</b>
<b>Ужин</b>						
ДП00176	Пряник	50	2,13	3,13	19,21	26
ДП00333	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	8,19	23
	<b>Итого: за ужин</b>			<b>2,1</b>	<b>3,1</b>	<b>27,4</b>

Согласованно:  
Заведующий учреждения



## МЕНЮ

**21 января 2026 г**

Прием пищи, наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево-	
<b>Ясли 10 ч.</b>					
ДП00198	Повидло	10	0,4		1,2
ДП00205	Каша манная молочная жидккая	130	3,29	5,1	15,2
ДП00333	Чай полусладкий	150	0,00	0,00	3,00
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	30	2,14	0,29	13,43
	<b>Всего за 1 завтрак</b>		<b>5,83</b>	<b>5,39</b>	<b>32,83</b>
<b>1 Завтрак</b>					
ДП0300	Йогурт питьевой	100	4,1	3,2	10
	<b>Всего за 2 завтрак</b>		<b>4,1</b>	<b>3,2</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>					
ТК № 38	Салат "Степной"	40	0,6	1,4	2,7
ДП00043	Суп картофельный с бобовыми	150	4,5	3,1	17,5
ДП00443	Плов из говядины	130	8,77	8,97	25,96
ДП00639	Компот из сухофруктов	150	0,7	0,03	15,4
ДП0004	Хлеб ржано -пшеничный	32	0,88	0,12	5,76
	<b>Всего за обед:</b>		<b>15,45</b>	<b>13,62</b>	<b>67,32</b>
<b>Полдник</b>					
ДП00287	Булочка творожная	50	6,3	2,9	23,5
ДП00701	Напиток яблочный	150	0,07	0,07	18,02
	<b>Всего за полдник:</b>		<b>6,37</b>	<b>2,97</b>	<b>41,52</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>31,8</b>	<b>25,2</b>	<b>151,7</b>
<b>ДЕТ.САД</b>					
ДП00198	Повидло	10	0,4	0	1,2
ДП00205	Каша манная молочная жидккая	150	3,8	5,9	17,6
ДП00333	Чай полусладкий	180	0	0	8,19
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	30	2,14	0,29	13,43
	<b>Всего за 1 завтрак</b>		<b>6,34</b>	<b>6,19</b>	<b>40,42</b>
<b>1 Завтрак</b>					
ДП0300	Йогурт питьевой	100	4,1	3,2	10
	<b>Всего за 2 завтрак</b>		<b>4,1</b>	<b>3,2</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>					
ТК № 38	Салат "Степной"	50	0,8	1,8	3,4
ДП00043	Суп картофельный с бобовыми	180	5,4	3,72	21
ДП00443	Плов из говядины	150	10,13	10,35	29,96
ДП00639	Компот из сухофруктов	180	0,84	0,06	18,4
ДП0004	Хлеб ржано -пшеничный	40	1,1	0,15	7,2
	<b>Всего за обед:</b>		<b>18,27</b>	<b>16,08</b>	<b>79,96</b>
<b>Полдник</b>					
ДП00287	Булочка творожная	50	6,3	2,9	23,5
ДП00701	Напиток яблочный	180	0,09	0,09	23,76
	<b>Всего за полдник:</b>		<b>6,39</b>	<b>2,99</b>	<b>47,26</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>35,1</b>	<b>28,5</b>	<b>177,6</b>
<b>Ужин</b>					
ТК № 194	Каша ячневая молочная вязкая	150	5,3	5,7	27,6
ДП00333	Чай полусладкий	180	0	0	8,19
ДП00005	Хлеб пшеничный витаминизир.	20	1,43	0,19	8,95
	<b>Всего за обед:</b>		<b>41,83</b>	<b>34,35</b>	<b>222,38</b>
					<b>1389</b>



Согласованно:  
Заведующий учреждения

МЕНЮ		22 января 2026 г.				
Прием пищи, наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углево-		
<b>Ясли 10 ч.</b>						
ТК № 1,4 Сыр порционно	5	1,22	1,19	0	16	
ДП00311 Каша рисовая молочная	130	3,3	4,6	20,5	142	
ДП0015 Чай с сахаром и лимоном	150	0,1	0,03	6,5	27	
ДП0005 Хлеб пшеничный витаминизир.	30	2,14	0,29	13,43	65	
<b>Всего за 1 завтрак</b>		<b>6,76</b>	<b>6,11</b>	<b>40,43</b>	<b>250</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
ДПО0059 Фрукт (яблоко)	100	0	0	10	47	
<b>Всего за 2 завтрак</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>47</b>	
<b>Обед</b>						
ТК №1,4 Свекла отварная	30	0,45	0	2,1	11	
ДП00060 Суп картофельный с крупой (пшено)	150	1,6	3,1	7,6	67	
ДП00082 Котлеты (биточки) рыбные	50	7,1	6,61	8,15	120	
ДП00520 Картофельное пюре	110	2,24	3,26	14,7	97	
ДП00273 Соус томатный	20	0,22	0,93	1,37	15	
ДП00639 Компот из сухофруктов	150	0,7	0,03	15,4	67	
ДП0004 Хлеб ржано-пшеничный	32	0,88	0,12	5,76	30	
<b>Всего за обед:</b>		<b>13,19</b>	<b>14,05</b>	<b>55,08</b>	<b>407</b>	
<b>Полдник</b>						
ТК№265 Пирожки печеные с повидлом	60	3,3	2,8	33,7	174	
ДП00333 Чай полусладкий	150	0,07	0,03	3	19	
<b>Всего за полдник:</b>		<b>3,37</b>	<b>2,83</b>	<b>36,7</b>	<b>193</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>20,0</b>	<b>23,0</b>	<b>142,2</b>	<b>897</b>	
<b>ДЕТ.САД</b>						
<b>1 Завтрак</b>						
ТК № 1,4 Сыр порционный	5	1,22	1,19	0	16	
ДП00311 Каша рисовая молочная	150	3,8	5,39	23,7	164	
ДП0015 Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,036	7,8	32	
ДП0005 Хлеб пшеничный витаминизир.	30	2,14	0,29	13,43	65	
<b>Всего за 1 завтрак</b>		<b>7,28</b>	<b>6,906</b>	<b>44,93</b>	<b>277</b>	
<b>2 Завтрак</b>						
ДПО0059 Фрукт (яблоко)	100	0	0	10	47	
<b>Всего за 2 завтрак</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>47</b>	
<b>Обед</b>						
ТК №1,4 Свекла отварная	40	0,6	0	2,9	14	
ДП00060 Суп картофельный с крупой (пшено)	180	1,92	1,8	13,92	81	
ДП00082 Котлеты (биточки) рыбные	50	7,1	6,61	8,15	120	
ДП00520 Картофельное пюре	130	2,66	3,84	17,38	115	
ДП00273 Соус томатный	20	0,22	0,93	1,37	15	
ДП00639 Компот из сухофруктов	180	0,84	0,06	18,4	80	
ДП0004 Хлеб ржано -пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	
<b>Всего за обед:</b>		<b>14,44</b>	<b>13,39</b>	<b>69,32</b>	<b>463</b>	
<b>Полдник</b>						
ТК№265 Пирожки печеные с повидлом	60	3,3	2,8	33,7	174	
ДП00333 Чай полусладкий	180	0,00	0,00	8,19	23	
<b>Всего за полдник:</b>		<b>3,3</b>	<b>2,8</b>	<b>41,9</b>	<b>197</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>25,0</b>	<b>23,1</b>	<b>166,1</b>	<b>984</b>	
<b>Ужин</b>						
ТК № 176 Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,4	5,4	34,6	224	
ДП00286 Чай с сахаром	180	0	0	5,5	22	
ДП0005 Хлеб пшеничный витаминизир.	20	1,43	0,19	8,95	43	
<b>Итог о за ужин</b>		<b>9,83</b>	<b>5,59</b>	<b>49,05</b>	<b>289</b>	



Согласовано:  
Заведующий учреждения

## МЕНЮ

23 января 2026 г

Прием пищи, наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево-	
<b>Ясли 10 ч.</b>					<b>1 Завтрак</b>
ДП00210	Каша молочная "Дружба "	130	1,82	2,77	13 131
ДП33400	Чай витаминный	150	0,07	0,01	5,95 23
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	30	2,14	0,29	13,43 65
	<b>Всего за 1 завтрак</b>		<b>4,03</b>	<b>3,07</b>	<b>32,38 219</b>
<b>2 Завтрак</b>					
ДП00701	Напиток яблочный	150	0,07	0,07	18,02 73
	<b>Всего за 2 завтрак</b>		<b>0,07</b>	<b>0,07</b>	<b>18,02 73</b>
<b>Обед</b>					
ТК № 45	Салат луковый	30	0,4	2,7	2,1 34
ДП00614	Суп куллама на курином бульоне	150	9	5,25	9,75 121
ДП00205	Котлеты рублен. из птицы	50	8,1	8,63	4,57 128
ТК № 170	Пюре гороховое	110	10,75	3,73	24,24 175
ДП00273	Соус томатный	20	0,22	0,93	1,37 15
ДП0300	Напиток из плодов шиповника	150	0,5	0,2	20,2 83
ДП0004	Хлеб ржано -пшеничный	32	0,88	0,12	5,76 30
	<b>Всего за обед:</b>		<b>29,85</b>	<b>21,56</b>	<b>67,99 586</b>
<b>Полдник</b>					
ДП00093	Каша пшеничная молочная жидккая	130	4,85	3,07	23,74 157
ДП00286	Чай с сахаром	150	0	0	4,6 18
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	20	1,43	0,19	8,95 43
	<b>Всего за полдник:</b>		<b>6,28</b>	<b>3,26</b>	<b>37,29 218</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>40,2</b>	<b>28,0</b>	<b>155,7 1096</b>
<b>ДЕТ.САД</b>					
<b>1 Завтрак</b>					
ДП00210	Каша молочная "Дружба "	150	4,7	6,1	25,1 174
ДП33400	Чай витаминный	180	0,09	0,02	7,15 28
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	30	2,14	0,29	13,43 65
	<b>Всего за 1 завтрак</b>		<b>6,93</b>	<b>6,41</b>	<b>45,68 267</b>
<b>2 Завтрак</b>					
ДП00701	Напиток яблочный	150	0,07	0,07	18,02 73
	<b>Всего за 2 завтрак</b>		<b>0,07</b>	<b>0,07</b>	<b>18,02 73</b>
<b>Обед</b>					
ТК № 45	Салат луковый	40	0,5	3,6	2,8 45
ДП00614	Суп куллама на курином бульоне	180	10,8	6,3	11,7 145
ДП00205	Котлеты рублен. из птицы	50	8,1	8,63	4,57 128
ТК № 170	Пюре гороховое	130	12,74	4,42	28,75 208
ДП00273	Соус томатный	20	0,22	0,93	1,37 15
ДП0300	Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,24	24,2 100
ДП0004	Хлеб ржано -пшеничный	40	1,1	0,15	7,2 38
	<b>Всего за обед:</b>		<b>34,06</b>	<b>24,27</b>	<b>80,59 679</b>
<b>Полдник</b>					
ДП00093	Каша пшеничная молочная жидккая	150	5,6	6	27,4 181
ДП00286	Чай с сахаром	180	0	0	5,5 22
ДП0005	Хлеб пшеничный витаминизир.	20	1,43	0,19	8,95 43
	<b>Всего за полдник:</b>		<b>7,0</b>	<b>6,2</b>	<b>41,9 246</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>48,1</b>	<b>36,9</b>	<b>186,1 989</b>
<b>Ужин</b>					
ДП00769	Булочка домашняя	60	4,14	6,24	30,24 197
ДП00333	Чай полусладкий	180	0	0	8,19 23
	<b>Итого за ужин</b>		<b>4,1</b>	<b>6,2</b>	<b>38,4 220</b>