

Согласовано  
Заведующий ГБДОУ № 23

# МЕНЮ

15 сентября 2026 г.

Ясли 12 часов

от 1-3 лет (12 часов)

Утверждаю  
Генеральный директор  
Ляско М.З.

7 день

| 7 день                                          |              |                  |         |             |                               |
|-------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                  | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                                                 |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                         |              |                  |         |             |                               |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                               | 30           | 3,4              | 4,2     | 10,0        | 69,0                          |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ           | 150          | 1,8              | 2,4     | 17,0        | 134,0                         |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                   | 180          | 3,2              | 2,8     | 13,6        | 77,0                          |
| Итого за прием пищи:                            | 360          | 8,4              | 9,4     | 40,6        | 280,0                         |
| II Завтрак                                      |              |                  |         |             |                               |
| ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ                                | 100          | 2,1              | 2,3     | 10,1        | 70,0                          |
| Итого за прием пищи:                            | 100          | 2,1              | 2,3     | 10,1        | 70,0                          |
| Обед                                            |              |                  |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК                        | 40           | 0,3              | 0,1     | 2,5         | 33,0                          |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 180          | 3,3              | 4,2     | 10,5        | 140,2                         |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                   | 180          | 7,8              | 11,3    | 23,3        | 156,7                         |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                 | 180          | 0,4              | 0,1     | 16,0        | 66,9                          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20           | 1,4              | 0,2     | 8,5         | 40,8                          |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                               | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |
| Итого за прием пищи:                            | 620          | 14,7             | 16,5    | 71,1        | 490,0                         |
| Уплотненный полдник                             |              |                  |         |             |                               |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                    | 20           | 3,3              | 0,9     | 0,2         | 16,3                          |
| ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ                          | 110          | 1,1              | 0,1     | 2,6         | 11,8                          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20           | 1,4              | 0,2     | 8,5         | 40,8                          |
| БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"                              | 50           | 5,9              | 12,8    | 36,0        | 293,3                         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 150          | 0,1              | 0,0     | 5,9         | 16,9                          |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                   | 95           | 0,8              | 0,1     | 7,7         | 40,9                          |
| Итого за прием пищи:                            | 455          | 12,6             | 14,1    | 60,9        | 420,0                         |
| Всего за день:                                  |              | 37,8             | 42,3    | 182,7       | 1 260,0                       |