

МЕНЮ 10.03.2026, 23.03.2026

Ясли 10,5 часов
ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	150	4,8	6,6	22,1	167,1
ЧАЙ С САХАРОМ	150	150	0,1		7,0	28,5
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	30	1,5	0,6	16,9	79,0
			6,4	7,2	46,0	274,6
II Завтрак						
КЕФИР	150	150	4,4	3,8	6,0	79,5
ПЕЧЕНЬЕ	20	20	1,5	2,0	14,9	83,4
			5,9	5,8	20,9	162,9
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	40	0,8	3,6	3,1	47,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	150	5,3	5,0	10,8	109,9
РИС РАССЫПЧАТЫЙ	120	120	2,9	2,8	30,5	158,7
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	50	8,4	8,2	2,4	116,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	150			5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			18,7	19,8	60,3	493,7
Уплотненный полдник						
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	120	120	3,2	3,4	16,8	113,9
СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	50	9,2	12,4	4,1	164,7
ЧАЙ С САХАРОМ	150	150	0,1		7,0	28,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			13,8	16,0	36,4	347,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,8	48,8	163,6	1 279,1

МЕНЮ 11.03.2026, 24.03.2026

Ясли 10,5 часов
ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ		40	0,8	2,1	1,9	29,2
ДРАЧЕНА		120	9,9	11,9	7,6	182,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	2,3	2,3	10,4	72,6
БАТОН		25	1,9	0,7	12,9	65,5
			15,0	21,1	32,9	387,3
II Завтрак						
БИОТВОРОГ С НАПОЛНИТЕЛЕМ		100	2,9	1,0	3,9	38,8
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
ФРУКТ СВЕЖИЙ						
			5,9	2,1	35,2	187,2
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ		150	4,8	5,8	5,3	95,6
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ		120	2,5	5,1	18,9	132,1
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)		50	9,5	2,7	8,0	94,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
			18,8	13,9	49,9	403,1
Уплотненный полдник						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ		150	5,2	7,6	21,8	177,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,0	28,5
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ /		60	7,4	5,7	46,8	267,0
			12,7	13,3	75,6	472,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,4	50,4	193,6	1 450,1

МЕНЮ

Ясли 10,5 часов 12.03.2026, 25.03.2026
ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ		40	1,2	0,1	2,5	15,5
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		120	19,6	11,5	22,6	277,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		30	0,6	1,6	4,0	32,7
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	3,0	3,1	10,7	83,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,9	4,9	12,9	102,9
			26,3	21,2	52,7	511,7
II Завтрак						
КЕФИР		150	4,4	3,8	6,0	79,5
ВАФЛЯ		25	1,5	1,2	18,8	91,5
			5,9	5,0	24,8	171,0
Обед						
СУП РЫБНЫЙ		150	5,2	2,3	10,5	84,1
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (РАЗНЫЕ СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ)		150	10,6	9,8	12,2	180,0
СОУС СМЕТАННЫЙ №371		30	0,3	0,3	1,7	11,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			17,4	12,6	37,9	336,4
Уплотненный полдник						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		120	3,7	4,0	23,3	144,1
СЕРДЦЕ, ТУШЕНОЕ В СОУСЕ		50	7,1	4,4	2,8	82,5
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ		150	0,1		15,2	61,2
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			13,7	9,2	60,1	381,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,3	48,0	175,5	1 400,1

МЕНЮ 26.03.2026

Ясли 10,5 часов
ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150		5,0	7,3	21,9	173,0
КАКАО С МОЛОКОМ	150		2,9	3,0	10,1	79,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		1,9	4,9	12,9	102,9
			9,8	15,2	44,9	355,7
II Завтрак						
МАЛЫШОК-БИО	150		4,2	4,7	6,0	85,9
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
			5,7	5,3	16,3	138,3
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40		0,6	2,0	3,4	34,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150		5,0	5,3	10,0	110,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120		2,9	5,2	19,3	136,1
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ/ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	50		8,2	4,4	4,4	99,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150				5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			18,0	17,1	50,6	440,2
Уплотненный полдник						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120		3,0	4,2	9,1	88,4
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50		9,8	3,6	9,9	111,3
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1		7,0	28,5
БАТОН	20		1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			15,7	8,6	44,8	321,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,2	46,2	156,6	1 255,6

МЕНЮ 13.03.2026, 27.03.2026

**Ясли 10,5 часов
ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША "ДРУЖБА"МОЛОЧНАЯ		150	4,5	7,4	20,0	165,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	2,3	2,3	10,4	72,6
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		5	1,1	1,4		17,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,1	4,2	0,1	37,6
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
			9,5	15,9	40,8	345,7
II Завтрак						
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,1	0,1	11,5	47,3
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
ФРУКТ СВЕЖИЙ						
			2,0	1,1	31,6	146,7
Обед						
БОРЩ С МЯСОМ		150	5,2	7,5	9,2	128,1
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ		120	4,5	3,6	20,5	132,3
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ		50	9,2	9,6	5,9	146,4
СОУС ТОМАТНЫЙ №364		30	0,3	1,2	1,5	18,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			20,5	22,1	50,6	485,9
Уплотненный полдник						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ		40	0,6	2,0	3,7	35,3
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		180	10,4	10,1	25,1	233,3
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ		150	0,1		15,2	61,2
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			13,9	12,9	62,8	423,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,9	52,0	185,8	1 401,3

МЕНЮ 02.03.2026, 16.03.2026, 30.03.2026

Ясли 10,5 часов ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ		150	5,0	7,6	17,8	160,4
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,0	28,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ		30	2,7	6,2	10,3	107,5
			7,8	13,8	35,1	296,4
II Завтрак						
КЕФИР		150	4,5	0,2	6,0	46,3
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
			6,0	2,2	20,9	129,7
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 40		40	0,8	2,1	1,9	29,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		150	5,3	5,0	10,8	109,9
РИС РАССЫПЧАТЫЙ		120	2,7	2,8	28,7	151,0
РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЯЙЦОМ		50	8,7	12,1	6,7	170,1
СОУС ТОМАТНЫЙ №364		30	0,3	1,2	1,5	18,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			19,1	23,4	63,1	539,3
Уплотненный полдник						
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С МЯСОМ		180	11,3	11,0	23,8	242,6
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,9	3,0	10,1	79,8
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			17,0	14,8	52,7	415,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,9	54,2	171,8	1 381,0

МЕНЮ 03.03.2026, 17.03.2026, 31.03.2026

Ясли 10,5 часов ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ		150	5,2	7,6	21,8	177,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	3,0	3,0	11,5	85,7
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ		30	1,5	0,6	16,9	79,0
			9,7	11,2	50,2	341,7
II Завтрак						
БИОТВОРОГ С НАПОЛНИТЕЛЕМ		100	2,9	1,0	3,9	38,8
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
ФРУКТ СВЕЖИЙ						
			5,9	2,1	35,2	187,2
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		40	0,6	2,0	3,4	34,0
ЩИ С МЯСОМ		150	5,2	5,6	7,2	103,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,7	5,2	17,4	126,9
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ		50	9,4	2,7	7,8	92,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
			19,6	13,8	50,8	438,7
Уплотненный полдник						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА		120	19,5	13,2	24,3	297,6
СОУС МОЛОЧНЫЙ №366		30	0,6	1,9	1,9	27,6
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,2	4,7	6,8	87,3
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
			25,8	20,4	43,3	464,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,0	47,5	179,5	1 871,2

МЕНЮ 04.03.2026, 18.03.2026

**Ясли 10,5 часов
ДЕНЬ 8**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		40	0,5		4,6	21,3
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	10,1	12,6	2,3	163,4
КАКАО С МОЛОКОМ		150	2,9	3,0	10,1	79,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,9	4,9	12,9	102,9
			15,4	20,5	29,9	367,4
II Завтрак						
КЕФИР		150	4,5	0,2	6,0	46,3
ВАФЛЯ		25	1,5	1,2	18,8	91,5
			6,0	1,4	24,8	137,8
Обед						
СУП РЫБНЫЙ		150	5,6	2,1	9,7	80,5
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ		50	10,6	9,8	12,2	180,0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		120				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			17,8	12,4	37,1	332,8
Уплотненный полдник						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		120	3,7	4,0	23,3	144,1
ОЛАДЬИ ИЗ СЕРДЦА		50	7,5	4,3	4,4	86,2
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,0	28,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			12,6	8,5	43,2	299,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,8	42,8	135,0	1 137,6

МЕНЮ 05.03.2026, 19.03.2026

Ясли 10,5 часов
ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ		150	5,0	7,3	21,9	173,0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		7,0	28,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
БАТОН		25	1,9	0,7	12,9	65,5
			7,0	12,1	41,8	304,4
II Завтрак						
МАЛЫШОК-БИО		150	4,2	4,7	6,0	85,9
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
ФРУКТ СВЕЖИЙ						
			6,1	5,7	26,1	185,3
Обед						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ		40	0,8	2,1	1,9	29,2
СВЕКОЛЬНИК		150	5,5	7,1	11,0	132,6
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,7	5,2	17,4	126,9
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ		50	8,5	4,7	3,4	99,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ		150			5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			19,0	14,9	49,3	448,6
Уплотненный полдник						
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ		120	3,2	3,4	16,8	113,9
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ		50	9,8	3,6	9,9	111,3
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,1	0,1	11,5	47,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			14,4	7,3	46,7	313,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,5	40,0	163,9	1 251,6

МЕНЮ 06.03.2026, 20.03.2026

Ясли 10,5 часов
ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ		150	4,8	7,3	19,8	164,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	3,0	3,0	11,5	85,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	1,9	4,9	12,9	102,9
			9,7	15,2	44,2	353,3
II Завтрак						
КЕФИР		150	4,5	0,2	6,0	46,3
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
			6,0	0,8	16,3	98,7
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ		150	8,4	8,4	17,3	178,2
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ		120	4,5	3,7	20,5	133,8
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		50	9,8	12,2	8,4	182,3
СОУС ТОМАТНЫЙ №364		30	0,3	1,2	1,5	18,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150			5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			24,3	25,7	61,2	573,4
Уплотненный полдник						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		120	1,9	6,3	12,3	113,9
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,0	4,5	0,3	61,4
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ		150	0,1		16,5	66,3
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ / ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ		60	7,4	4,4	46,8	255,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			15,7	15,4	84,4	538,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55,7	57,1	206,1	1 563,5