

МЕНЮ

04 мая 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,81	3,23	19,71	129,10
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	1,92	7,60	15,60	128,13
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	27	3,31	3,00	0,18	40,87
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,78	46,90
Итого		12,83	15,62	58,04	415,53
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98
Итого		2,92	3,00	13,06	89,98
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,58	2,56	10,87	48,62
-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,22	4,55	15,99	115,45
-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	95	11,97	7,79	5,86	202,88
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	170	2,66	6,65	32,57	156,25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,50	0,97	17,13	87,33
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Итого		23,82	22,96	113,32	749,12
Полдник					
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	7,05	8,30	25,45	202,67
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	6,59	26,61
Итого		8,44	8,48	40,52	270,07
Всего		48,01	50,06	224,94	1 524,70

МЕНЮ

05 мая 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,62	6,17	18,56	152,49
-КАКАО С МОЛОКОМ	195	1,60	1,26	9,79	57,52
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,02	4,19	17,70	110,62
БАНАНЫ	99	0,89	0,20	8,01	42,46
Итого		11,13	11,82	54,06	363,09
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110	2,48	3,00	13,04	90,03
Итого		2,48	3,00	13,04	90,03
Обед					
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	60	0,49	0,06	3,51	8,00
-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	200	3,27	2,00	19,16	132,10
-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	12,68	11,39	16,15	192,46
-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,27	7,72	17,82	135,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	200	0,32	0,13	10,08	45,04
Итого		24,35	22,77	102,12	688,88
Полдник					
-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	6,77	6,70	27,11	219,30
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	1,00	2,50	11,10	53,28
Итого		7,77	9,20	38,21	272,58
Всего		45,73	46,79	207,43	1 414,58

МЕНЮ

06 мая 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,60	6,04	22,46	157,48
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40
-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	10,01	40,62
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,00	4,90	9,63	89,30
Итого		11,26	11,52	52,38	339,80
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98
Итого		2,92	3,00	13,06	89,98
Обед					
-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,00	2,95	4,53	48,85
-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	3,11	3,81	22,53	154,00
-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	9,95	9,46	10,72	154,00
-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,02	3,72	24,64	136,76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80
-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,78	27,09
Итого		20,74	21,32	100,36	676,49
Полдник					
-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	65	5,09	4,62	6,41	72,33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ВАФЛИ	26	0,73	0,86	20,10	92,04
-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ С ВАРЕНЬЕМ	190	1,86	2,97	8,01	63,66
Итого		8,67	8,58	40,88	258,62
Всего		43,59	44,42	206,68	1 364,89

МЕНЮ
07 мая 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, СО ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦОМ	105/50	8,73	5,91	18,00	164,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,02	4,19	17,70	110,62
Итого		12,13	11,62	54,83	375,89
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110	2,48	3,00	13,04	90,03
Итого		2,48	3,00	13,04	90,03
Обед					
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	60	0,49	0,06	3,51	8,00
-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,64	3,27	10,18	139,55
-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	10,46	7,47	20,96	150,28
-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	1,68	8,70	23,79	162,08
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Итого		21,83	21,06	107,78	693,10
Полдник					
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	155	3,43	5,39	12,25	114,98
-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	7,34	6,15	33,49	212,89
-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,97	24,18
Итого		10,85	11,54	51,71	352,05
Всего		47,29	47,22	227,36	1 511,07

МЕНЮ
08 мая 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,46	6,14	17,07	149,33
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40
-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	10,01	40,62
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,00	4,90	9,63	89,30
АПЕЛЬСИН	99	0,89	0,20	8,05	42,75
Итого		11,01	11,82	55,04	374,40
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО- ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98
Итого		2,92	3,00	13,06	89,98
Обед					
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	2,10	4,80	6,19	93,78
-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	4,07	4,20	16,39	125,01
-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	205/15	11,67	10,99	35,37	221,02
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36
Итого		21,77	21,10	94,59	627,56
Полдник					
-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	145	3,18	3,66	6,32	83,03
-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	55	2,01	2,19	19,90	128,84
-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00
Итого		7,75	8,65	39,16	279,87
Всего		43,45	44,57	201,85	1 371,81

МЕНЮ

11 мая (выходной) 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,52	2,37	19,74	117,97
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,83	5,98	10,14	107,20
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	24	2,98	2,70	0,16	36,78
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,84	47,17
Итого		12,12	12,84	52,65	379,65
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98
Итого		2,92	3,00	13,06	89,98
Обед					
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	51	1,03	2,86	3,66	22,96
-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	5,68	5,05	15,51	138,84
-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	80	8,94	6,42	11,63	143,63
-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	135	1,28	6,00	18,57	128,93
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200	0,98	0,00	21,41	88,28
Итого		22,57	21,71	101,94	678,43
Полдник					
-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70/10	6,47	6,45	12,94	126,49
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	20	0,87	1,90	13,58	80,90
-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96
Итого		8,33	8,48	40,62	268,94
Всего		45,94	46,03	208,27	1 417,00

МЕНЮ

12 мая 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	185/20	9,97	7,85	14,89	161,64
-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0,25	0,01	10,29	43,78
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,02	4,19	17,70	110,62
ГРУША	99	0,40	0,30	10,24	46,72
Итого		11,64	12,35	53,12	362,76
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110	2,48	3,00	13,04	90,03
Итого		2,48	3,00	13,04	90,03
Обед					
-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50	1,04	4,97	13,69	43,90
-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,41	3,03	13,78	128,89
-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	80	9,13	4,69	6,65	137,11
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,90	6,87	24,48	152,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,18	0,08	9,12	39,24
Итого		21,32	21,02	98,88	657,73
Полдник					
-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	105/50	8,31	9,03	29,26	233,54
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59
-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,97	24,18
Итого		9,38	9,16	41,59	288,31
Всего		44,82	45,53	206,63	1 398,83

МЕНЮ

13 мая 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	5,28	6,21	23,56	165,64
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40
-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	10,01	40,62
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,00	4,90	9,63	89,30
Итого		10,94	11,69	53,48	347,96
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98
Итого		2,92	3,00	13,06	89,98
Обед					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	55	1,51	3,99	3,15	54,27
-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	3,16	4,19	16,21	119,69
-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	9,09	4,22	18,85	150,47
-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,27	7,72	17,82	135,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Итого		21,59	21,68	105,37	692,71
Полдник					
-ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	120	4,84	3,00	5,41	67,81
-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	55	2,55	3,35	22,35	146,24
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	1,00	2,50	11,10	53,28
Итого		8,39	8,85	38,86	267,33
Всего		43,84	45,22	210,77	1 397,98

МЕНЮ
14 мая 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,51	6,09	18,50	156,86
-КАКАО С МОЛОКОМ	195	1,60	1,26	9,79	57,52
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,02	4,19	17,70	110,62
МАНДАРИН	99	0,80	0,20	7,46	37,78
Итого		10,93	11,74	53,45	362,78
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110	2,48	3,00	13,04	90,03
Итого		2,48	3,00	13,04	90,03
Обед					
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,70	3,79	4,00	48,95
СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНый) СО СМЕТАНОЙ	200	4,43	4,73	15,56	116,35
-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70	9,36	4,52	13,54	111,27
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	155	2,07	6,45	20,93	152,14
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36
Итого		21,65	21,14	98,83	658,66
Полдник					
-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	75/10	7,63	9,01	8,15	137,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ВАФЛИ	26	0,73	0,86	20,10	92,04
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	180	0,21	0,02	8,44	38,88
Итого		9,56	10,02	43,05	299,14
Всего		44,62	45,90	208,37	1 410,61

МЕНЮ
15 мая 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,52	2,37	19,74	117,97
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,83	5,98	10,14	107,20
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	24	2,98	2,70	0,16	36,78
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,84	47,17
Итого		12,12	12,84	52,65	379,65
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98
Итого		2,92	3,00	13,06	89,98
Обед					
-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50	0,40	0,05	0,85	6,50
-СУП ОВОЩНОЙ	200	2,25	3,27	15,18	119,55
-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	12,08	8,84	11,72	172,80
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	140	3,99	9,31	31,74	181,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Итого		24,61	23,07	110,95	723,72
Полдник					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	155	7,32	9,48	28,44	229,76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59
-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,97	24,18
Итого		8,39	9,61	40,77	284,53
Всего		48,04	48,52	217,43	1 477,88