

Меню до 3-х лет (ЯСЛИ)

22.01.2024

День 1

Наименование блюда	Выход	Калгор.
ЗАВТРАК		
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	148
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 20/10	20/10	80,61
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	60
2-ОЙ ЗАВТРАК		
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	46
ОБЕД		
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМ ОГУРЦОМ	30	25
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	140/10	62
ПЮРЕ МЯСНОЕ ИЗ КУР	50	78
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	135
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	63
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	10	23
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	82
ПОЛДНИК		
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	138
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК КЕФИР	150	75
УЖИН		
ФРИКАДЕЛКИ РЫБНЫЕ	60	64
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	120	117
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	42
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	40	93

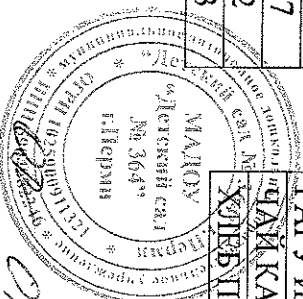
Меню до 3-х лет (ЯСЛИ)

09.01.2024

23.01.2024

День 2

Наименование блюда	Выход	Калгор.
ЗАВТРАК		
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	140	159
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	46/66
КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	180	84
2-ОЙ ЗАВТРАК		
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	43
ОБЕД		
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	21
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГОРОХОВЫЙ	150	69
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ И МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150/50	260/41
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	150	45
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	10	23
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	82
ПОЛДНИК		
ПРЯНИК	30	110
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	53
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90	34
УЖИН		
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	180	287
ЧАЙ КАРКАДЕ	180	50
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	40	93



О.Г. Бумилгаева

Меню до 3-х лет (ЯСЛП)

10.01.2024
24.01.2024

день 3

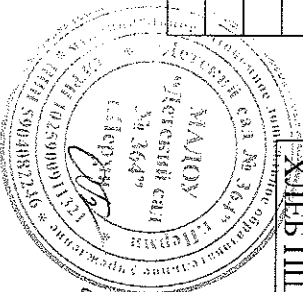
Наименование блюда	выход	Калл.
ЗАВТРАК		
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	140	141
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/10	46/35
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	79
2-ОЙ ЗАВТРАК		
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	43
ОБЕД		
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	30	28
СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	140/10	81/22
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	121
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	176
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	150	50
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	10	23
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	82
ПОЛДНИК		
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	119
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК ЙОГУРТ	150	75
УЖИН		
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	180	145
ЧАЙ СЛАДКИЙ С САХАРОМ	180	34
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	40	93

Меню до 3-х лет (ЯСЛП)

11.01.2024
25.01.2024

день 4

Наименование блюда	выход	Каллор.
ЗАВТРАК		
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140	150
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	46/66
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	57
2-ОЙ ЗАВТРАК		
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	43
ОБЕД		
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	30	3
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150/10	56/15
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ.	50	52
РИС ОТВАРНОЙ	110	160
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	63
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	10	23
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	82
ПОЛДНИК		
МАННИК	50	96
КЕФИР	150	75
УЖИН		
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	140/40	258/34
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	180	88
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	40	93



О. С. Брундукова

Меню до 3-х лет (ЯСЛИ)

12.01.2024
26.01.2024

день 5

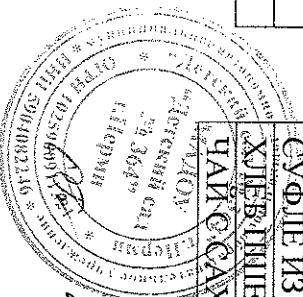
Наименование блюда	Выход	Калор.
ЗАВТРАК		
КАША "ДРУЖБА"	140	129
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/10	46/35
КАКАО С МОЛОКОМ	180	84
2-ОЙ ЗАВТРАК		
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	43
ОБЕД		
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ.	30	27
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150/10	44/15
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ И ТОМАТНЫМ СОУСОМ	150/20	225/10
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	58
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	10	23
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	82
ПОЛДНИК		
ПЕЧЕНЬЕ	30	124
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	53
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	90	34
УЖИН		
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	31
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	239
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	36
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	40	93

Меню до 3-х лет (ЯСЛИ)

15.01.2024
29.01.2024

день 6

Наименование блюда	Выход	Калор.
ЗАВТРАК		
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	159
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	46/66
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	79
2-ОЙ ЗАВТРАК		
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	43
ОБЕД		
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	21
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	59
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	50	42
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	77
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	34
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	10	23
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	82
ПОЛДНИК		
СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	119
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК ЙОГУРТ	100	50
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	90	34
УЖИН		
СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ	180	266
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	40	93
ЧАЙ С САХАРОМ	180	34



С. Г. Врублевская

Меню до 3-х лет (ЯСЛИ)

16.01.2024

30.01.2024

Меню до 3-х лет (ЯСЛИ)

17.01.2024

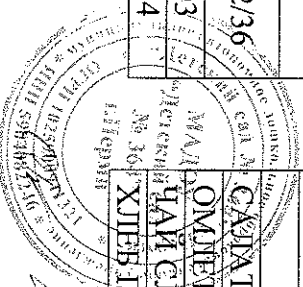
31.01.2024

День 7

День 8

Наименование блюда	Выход	Калгор.
ЗАВТРАК		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140	150
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/10	46/35
ЧАЙ КАРКАДЕ	180	50
2-ОЙ ЗАВТРАК		
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	43
ОБЕД		
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	30	3
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	150/10	37/15
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	121
ПИРОГ ИЗ ГОРОХА	110	156
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	63
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	10	23
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	82
ПОЛДНИК		
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	157
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК КЕФИР	150	75
УЖИН		
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ИЗ КУРАГИ	130/50	252/36
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН	40	93
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	180	54

Наименование блюда	Выход	Калгор.
ЗАВТРАК		
КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ТЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ	140	150
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	46/66
КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	180	84
2-ОЙ ЗАВТРАК		
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	43
ОБЕД		
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	27
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150/10	66/15
СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	92
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	89
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	150	50
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	10	23
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	82
ПОЛДНИК		
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ	50	111
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	80
УЖИН		
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	31
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	239
ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	180	36
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН	40	93



В.И. Виноградова

Меню до 3-х лет (ЯСЛИ)

18.01.2024

день 9

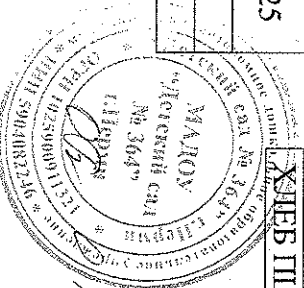
Наименование блюда	Выход	Калгор.
ЗАВТРАК		
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	162
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/10	46/35
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	79
2-ОЙ ЗАВТРАК		
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	43
ОБЕД		
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	35
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/10	45/15
БЖИЖИ-ПЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	50	81
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	135
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	58
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	10	23
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	82
ПОЛДНИК		
ПРЯНИК	30	110
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК ЙОГУРТ	100	50
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	90	34
УЖИН		
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ СО СЛАДКИМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	130/30	207/25
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	40	93
ЧАЙ С САХАРОМ	180	34

Меню до 3-х лет (ЯСЛИ)

19.01.2024

день 10

Наименование блюда	Выход	Калгор.
ЗАВТРАК		
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	140	112
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/10	46/66
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	57
2-ОЙ ЗАВТРАК		
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	43
ОБЕД		
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	30	3
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	150	53
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	160/20	277/10
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	150	45
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	10	23
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	82
ПОЛДНИК		
ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	30	139
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК КЕФИР	100	50
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	90	34
УЖИН		
СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	67
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	84
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	75
ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	40	93



С. Дуняева