

Меню на 01.09.2025, День 1

ГБДОУ № 23 Кировского р-на

Сад 3-7 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Батон обогащенный	30	2,256	0,879	14,679	75,887
2. Яйца вареные	40	5,964	5,395	0,33	73,726
3. Каша пшеничная жидкая	200	7,152	5,384	30,766	200,499
4. Кофейный напиток с молоком	180	4,843	4,18	18,56	135,326
5. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		23,84	18,962	79,586	590,439
2й Завтрак					
1. Напиток витаминизированный	180	0	0	10,702	42,807
2. Печенье	30	1,8	1,92	20,55	135,3
3. Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		2,12	2,24	39,1	215,745
Обед					
1. Томаты грунтовые	50	0,812	0,148	2,807	17,726
2. Суп из овощей с курой	200/10	1,584	1,868	9,092	59,974
3. Фрикадельки из птицы	50	1,072	0,579	5,431	31,36
4. Соус молочный	20	0,486	1,093	2,081	20,166
5. Макароны изделия отварные	160	6,004	4,006	38,385	213,791
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	3,033	0,597	18,289	92,364
7. Компот из изюма	180	0,313	0,068	20,929	86,112
Итого:		13,305	8,359	97,014	521,494
Полдник					
1. Суфле из рыбы	100	16,565	11,061	4,743	184,596
2. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	3,301	2,686	13,515	93,401
3. Батон нарезной из пшеничной муки в/с обогащенный	45	3,384	1,319	22,019	113,831
4. Чай с сахаром	180	0	0	8,984	35,918
Итого:		23,25	15,066	49,261	427,746
Итого за день:		62,515	44,627	264,96	1755,42

Ясли 1-3 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Яйцо вареное	40	5,189	4,693	0,287	64,142
2. Бутерброд с маслом	30	1,575	6,373	10,076	104,145
3. Каша пшеничная жидкая	130	4,643	4,058	19,82	134,629
4. Кофейный напиток	150	3,299	2,825	13,897	97,492
Итого:		14,706	17,95	44,08	400,408
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
2. Печенье	25	1,5	1,6	17,125	112,75
3. Яблоко свежее	70	0,28	0,28	6,86	32,899
Итого:		5,405	5,005	39,235	250,649
Обед					
1. Суп из овощей	150/14	4,015	2,812	6,658	68,287
2. Фрикадельки из птицы	50	1,096	0,591	5,557	32,071
3. Соус молочный	20	0,409	1,088	1,325	16,788
4. Макароны изделия отварные	120	4,503	3,005	28,788	160,337
5. Компот из изюма	150	0,253	0,055	15,224	62,837
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	36	2,376	0,468	14,328	72,36
Итого:		12,651	8,019	71,88	412,679
Полдник					
1. Суфле из рыбы	80	13,382	8,088	4,023	142,276
2. Соус сметанный	40	0,631	1,599	2,845	28,538
3. Картофельное пюре с морковью	100	1,839	2,238	11,795	75,131
4. Чай с сахаром	150	0	0	8,984	35,918
5. Батон обогащенный	25	1,925	0,75	12,525	64,75
Итого:		17,776	12,675	40,172	346,613
Итого за день:		50,539	43,649	195,367	1410,34

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 02.09.2025, День 2

ГБДОУ № 23 Кировского р-на

Сад 3-7 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Батон обогащенный	30	2,31	0,9	15,03	77,7
2. Яйца вареные	40	5,97	5,4	0,33	73,8
3. Каша рисовая жидкая	200	4,95	5,322	26,796	175,401
4. Чай с молоком	180	2,52	2,25	13,212	83,61
Итого:		15,75	13,872	55,368	410,511
2й Завтрак					
1. Кефир	180	5,22	4,5	7,2	95,4
2. Груша свежая	80	0,32	0,24	8,25	37,647
Итого:		5,54	4,74	15,45	133,047
Обед					
1. Винегрет овощной	60	0,759	6,09	3,852	73,93
2. Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей	200/10	2,312	2,019	16,677	94,444
3. Печень по-строгановски	70/50	20,176	9,286	9,394	203,279
4. Пюре из овощей	150	3,761	5,075	19,54	140,046
5. Напиток из плодов шиповника	180	0,612	0,252	13,185	69,073
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	2,97	0,585	17,91	90,45
Итого:		30,59	23,306	80,557	671,222
Полдник					
1. Биточки по-белорусски	70	7,348	7,17	0,697	96,719
2. Соус сметанный	50	0,75	1,994	3,292	34,42
3. Пюре картофельное	150	2,279	2,904	14,869	95,006
4. Батон нарезной из пшеничной муки в/с обогащенный	45	3,465	1,35	22,545	116,55
5. Сок абрикосовый	180	0,9	0	22,86	99
6. Булочка "творожная"	70	10,032	4,374	38,322	233,791
Итого:		24,775	17,792	102,586	675,486
Итого за день:		76,655	59,711	253,961	1890,26

Ясли 1-3 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Яйцо вареное	40	5,194	4,698	0,287	64,206
2. Бутерброд с сыром	30	3,756	7,412	6,476	108,42
3. Каша рисовая жидкая	130	3,186	3,991	17,056	117,224
4. Чай с молоком	150	2,1	1,875	11,509	71,67
Итого:		14,236	17,975	35,328	361,52
2й Завтрак					
1. Кефир	150	4,35	3,75	6	79,5
2. Банан свежий	75	1,313	0,438	18,375	84
Итого:		5,663	4,188	24,375	163,5
Обед					
1. Винегрет овощной.	50	0,592	4,072	3,178	52,188
2. Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей	150/10	1,728	1,513	12,473	70,661
3. Печень по-строгановски	60/20	9,705	5,309	4,695	106,107
4. Пюре из овощей	150	3,98	4,871	21,33	146,272
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	36	2,376	0,468	14,328	72,36
6. Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	16,227	78,51
Итого:		18,89	16,444	72,231	526,098
Полдник					
1. Биточки по-белорусски	50	3,258	4,972	1,015	61,913
2. Овощи, припущенные в сметанном соусе	100	2,179	1,448	9,713	61,691
3. Батон нарезной обогащенный	25	1,925	0,75	12,525	64,75
4. Сок для раннего возраста абрикосовый	150	0,75	0	19,05	82,5
5. Булочка"творожная"	50	7,173	3,307	26,028	163,295
Итого:		15,286	10,477	68,331	434,149
Итого за день:		54,074	49,084	200,266	1485,26

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 03.09.2025, День 3

ГБДОУ № 23 Кировского р-на

Сад 3-7 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	35	4,347	8,602	7,555	125,936
2. Салат из горошка зеленого консервированного	40	1,218	2,075	2,554	33,712
3. Омлет натуральный	110	11,253	18,267	2,024	217,672
4. Кофейный напиток с молоком	180	5,01	4,328	18,837	138,467
Итого:		21,828	33,272	30,97	515,787
2й Завтрак					
1. Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	97,2
2. Банан свежий	80	1,397	0,466	19,551	89,376
Итого:		6,617	4,966	27,111	186,576
Обед					
1. Щи из свежей капусты с картофелем	200/6	1,565	1,869	7,079	52,076
2. Гуляш из отварного мяса	50	17,026	10,703	4,841	184,243
3. Каша гречневая рассыпчатая	150	8,627	5,554	39,037	240,315
4. Напиток витаминизированный	180	0	0	10,696	42,784
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	2,97	0,585	17,91	90,45
Итого:		30,188	18,711	79,563	609,868
Полдник					
1. Пудинг рыбный запеченный	100	6,889	7,697	9,049	133,2
2. Рагу овощное (1-й вариант)	150	2,744	7,988	13,915	139,422
3. Батон нарезной из пшеничной муки в/с обогащенный	45	3,465	1,35	22,545	116,55
4. Чай с сахаром	180	0	0	8,982	35,91
Итого:		13,099	17,035	54,49	425,082
Итого за день:		71,731	73,983	192,134	1737,31

Ясли 1-3 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Салат из горошка зеленого консервированного	30	0,916	1,556	1,92	25,317
2. Омлет натуральный	80	8,792	14,501	0,704	168,523
3. Кофейный напиток	150	3,299	2,825	13,895	97,48
4. Батон нарезной обогащенный	35	2,695	1,05	17,535	90,65
Итого:		15,702	19,932	34,054	381,97
2й Завтрак					
1. Ряженка	150	4,35	3,75	6,3	81
2. Банан свежий	75	1,313	0,438	18,375	84
Итого:		5,663	4,188	24,675	165
Обед					
1. Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	150/10	1,35	2,858	5,661	54,499
2. Гуляш из отварного мяса	35	12,018	7,531	3,397	129,801
3. Каша гречневая рассыпчатая	100	5,755	4,225	26,03	164,947
4. Компот из чернослива	150	0,437	0,133	19,907	84,55
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	36	2,376	0,468	14,328	72,36
Итого:		21,936	15,215	69,323	506,157
Полдник					
1. Пудинг рыбный запеченный	75	4,903	5,728	6,595	97,681
2. Рагу овощное (1-й вариант)	100	1,813	4,1	9,552	82,93
3. Чай с сахаром	150	0	0	8,982	35,91
4. Батон обогащенный	25	1,925	0,75	12,525	64,75
Итого:		8,641	10,578	37,654	281,271
Итого за день:		51,941	49,912	165,706	1334,39

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 04.09.2025, День 4

ГБДОУ № 23 Кировского р-на

Сад 3-7 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с джемом	35	1,615	0,6	20,76	93,2
2. Каша манная жидкая	200	5,821	5,225	25,603	173,334
3. Какао с молоком	180	2,546	2,093	12,43	79,488
Итого:		9,982	7,917	58,793	346,022
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
2. Банан свежий	80	1,397	0,466	19,551	89,376
Итого:		5,022	3,591	34,801	194,376
Обед					
1. Салат картофельный	60	0,992	5,181	7,493	80,738
2. Суп картофельный с клецками и курой	200/10	2,234	3,298	13,723	93,804
3. Голубцы ленивые	150	14,593	11,116	11,688	206,239
4. Кисель из яблок	180	0,116	0,109	17,196	70,909
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	2,97	0,585	17,91	90,45
Итого:		20,905	20,289	68,01	542,14
Полдник					
1. Запеканка из творога	170	35,189	14,077	19,087	349,232
2. Соус молочный (сладкий)	50	0,969	2,55	4,954	46,784
3. Сок персиковый	180	0,54	0	29,7	122,4
4. Булочка "домашняя" молочная	70	6,737	7,811	43,668	272,364
Итого:		43,435	24,438	97,41	790,78
Итого за день:		79,344	56,235	259,013	1873,31

Ясли 1-3 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша манная жидкая	130	3,785	3,931	16,641	117,478
2. Какао с молоком	150	2,12	1,743	10,855	68,209
3. Бутерброд с джемом	40	1,255	0,45	21,835	94,05
Итого:		7,16	6,123	49,33	279,737
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
2. Апельсин свежий	75	0,706	0,157	6,35	33,712
Итого:		4,331	3,282	21,6	138,712
Обед					
1. Салат картофельный	30	0,496	2,59	3,747	40,369
2. Суп картофельный с клецками и курой	150/10	2,115	2,979	12,543	85,672
3. Голубцы ленивые	150	4,522	8,462	9,318	132,268
4. Кисель из яблок	150	0,098	0,092	14,918	61,454
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	36	2,376	0,468	14,328	72,36
Итого:		9,607	14,591	54,854	392,123
Полдник					
1. Запеканка из творога	130	26,908	10,797	14,675	267,658
2. Соус молочный (сладкий)	50	0,948	2,548	4,813	46,116
3. Молоко кипяченое	150	6,64	5,929	11,146	125,694
4. Булочка домашняя	70	5,492	10,072	39,338	270,234
Итого:		39,989	29,346	69,973	709,702
Итого за день:		61,086	53,342	195,758	1520,27

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 05.09.2025, День 5

ГБДОУ № 23 Кировского р-на

Сад 3-7 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	35	4,347	8,602	7,555	125,936
2. Каша "дружба"	200	6,047	6,651	20,984	168,765
3. Кофейный напиток с молоком	180	5,01	4,328	18,837	138,467
Итого:		15,403	19,581	47,376	433,168
2й Завтрак					
1. Кефир	180	5,22	4,5	7,2	95,4
2. Груша свежая	80	0,32	0,24	8,25	37,647
Итого:		5,54	4,74	15,45	133,047
Обед					
1. Салат из свеклы	60	0,855	3,653	5,016	56,304
2. Рассольник ленинградский	200/10/5	1,967	2,712	13,726	87,816
3. Запеканка картофельная с мясом	140	12,216	7,239	22,691	204,395
4. Соус сметанный	50	0,75	1,994	3,292	34,42
5. Кисель из кураги	150	0,787	0,045	22,909	95,828
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	2,97	0,585	17,91	90,45
Итого:		19,544	16,229	85,543	569,212
Полдник					
1. Биточки по-белорусски	70	7,348	7,17	0,697	96,719
2. Макароны, запеченные с яйцом	150	8,035	6,513	29,961	210,841
3. Напиток клюквенный	180	0	0	29,105	116,382
4. Батон нарезной из пшеничной муки в/с обогащенный	45	3,465	1,35	22,545	116,55
Итого:		18,849	15,033	82,308	540,492
Итого за день:		59,337	55,583	230,677	1675,91

Ясли 1-3 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	30	3,756	7,412	6,476	108,42
2. Яйцо вареное	40	5,194	4,698	0,287	64,206
3. Каша "дружба"	130	4,025	4,88	14,34	117,901
4. Кофейный напиток	150	3,299	2,825	13,895	97,48
Итого:		16,274	19,815	34,998	388,007
2й Завтрак					
1. Кефир	150	4,35	3,75	6	79,5
2. Груша свежая	75	0,3	0,225	7,726	35,253
Итого:		4,65	3,975	13,726	114,753
Обед					
1. Салат из свеклы	40	0,57	2,436	3,344	37,536
2. Рассольник ленинградский	150/10	1,27	1,04	9,382	52,318
3. Запеканка картофельная с мясом	130	11,328	6,715	21,055	189,616
4. Соус сметанный	40	0,631	1,599	2,845	28,538
5. Сок для раннего возраста.	150	0,75	0,15	15,15	69
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	36	2,376	0,468	14,328	72,36
Итого:		16,925	12,407	66,105	449,368
Полдник					
1. Биточки по-белорусски	50	3,258	4,972	1,015	61,913
2. Макароны, запеченные с яйцом	100	5,691	7,871	20,027	173,888
3. Соус молочный густой	30	1,076	3,837	3,936	54,722
4. Напиток клюквенный	150	0	0	22,351	89,376
5. Батон нарезной обогащенный	25	1,925	0,75	12,525	64,75
Итого:		11,95	17,429	59,855	444,648
Итого за день:		49,798	53,627	174,683	1396,77

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 08.09.2025, День 6

ГБДОУ № 23 Кировского р-на

Сад 3-7 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с джемом	35	1,615	0,6	20,76	93,2
2. Каша пшенная жидкая	200	7,212	6,204	30,375	206,803
3. Кофейный напиток с молоком	180	5,01	4,328	18,837	138,467
4. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		17,462	14,257	85,223	543,47
2й Завтрак					
1. Напиток витаминизированный	180	0	0	10,696	42,784
2. Вафли	30	1,17	9,18	18,75	162,6
3. Яблоко свежее	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		1,49	9,5	37,294	243,022
Обед					
1. Суп картофельный с горохом и гренками	200	7,022	2,991	30,503	177,544
2. Котлеты, биточки, шницели	40	6,924	5,723	6,062	102,686
3. Соус молочный густой	50	1,823	5,985	6,79	88,559
4. Картофельное пюре с морковью	130	2,6	2,847	17,321	105,894
5. Сок яблочный	180	0,9	0,18	18,18	82,8
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	2,97	0,585	17,91	90,45
Итого:		22,239	18,31	96,766	647,933
Полдник					
1. Яйца вареные	40	5,97	5,4	0,33	73,8
2. Биточек рыбный	100	11,314	9,623	10,34	171,662
3. Овощи в молочном соусе	150	2,381	3,305	10,899	83,261
4. Напиток лимонный	180	0,13	0,014	11,41	48,786
5. Батон нарезной из пшеничной муки в/с обогащенный	45	3,465	1,35	22,545	116,55
Итого:		23,259	19,692	55,524	494,06
Итого за день:		64,451	61,76	274,806	1928,48

Ясли 1-3 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с джемом	40	1,255	0,45	21,835	94,05
2. Каша пшенная жидкая	130	4,691	4,569	19,749	139,282
3. Кофейный напиток	150	3,299	2,825	13,895	97,48
Итого:		9,245	7,844	55,479	330,812
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
2. Яблоко свежее	75	0,3	0,3	7,35	35,251
Итого:		3,925	3,425	22,6	140,251
Обед					
1. Огурец свежий	40	0,304	0	0,949	5,314
2. Суп картофельный с горохом и гренками	150	4,972	2,13	20,964	123,273
3. Котлеты, биточки, шницели	40	6,924	5,723	6,062	102,686
4. Соус молочный густой	30	1,076	3,837	3,936	54,722
5. Картофельное пюре с морковью	150	3,094	3,451	20,039	124,239
6. Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69
7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	36	2,376	0,468	14,328	72,36
Итого:		19,494	15,758	81,428	551,595
Полдник					
1. Яйцо вареное	40	5,194	4,698	0,287	64,206
2. Биточек рыбный	80	10,219	7,742	8,272	142,368
3. Овощи в молочном соусе	100	2,23	2,803	9,888	74,304
4. Компот из чернослива	150	0,437	0,133	19,907	84,55
5. Батон нарезной обогащенный	25	1,925	0,75	12,525	64,75
Итого:		20,006	16,126	50,879	430,178
Итого за день:		52,67	43,153	210,386	1452,83

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 09.09.2025, День 7

ГБДОУ № 23 Кировского р-на

Сад 3-7 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Салат из горошка зеленого консервированного	40	1,218	2,075	2,554	33,712
2. Омлет натуральный	140	12,657	20,533	2,475	245,529
3. Батон обогащенный	30	2,31	0,9	15,03	77,7
4. Какао с молоком	180	2,546	2,093	12,43	79,488
5. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		22,356	28,725	47,739	541,429
2й Завтрак					
1. Сок яблочный	180	0,9	0,18	18,18	82,8
2. Печенье	40	2,4	2,56	27,4	180,4
3. Банан свежий	80	1,397	0,466	19,551	89,376
Итого:		4,697	3,206	65,131	352,576
Обед					
1. Салат картофельный	60	0,992	5,181	7,493	80,738
2. Щи по-уральски (с крупой)	200/5	2,004	3,35	6,661	67,101
3. Фрикадельки из птицы	70	1,442	0,792	7,179	41,791
4. Соус молочный густой	50	1,823	5,985	6,79	88,559
5. Пюре из свеклы	150	2,487	5,774	15,939	125,519
6. Компот из чернослива	180	0,529	0,161	23,205	98,78
7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	2,97	0,585	17,91	90,45
Итого:		12,247	21,826	85,177	592,938
Полдник					
1. Рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная	30	6,113	3,057	0	52,142
2. Картофельное пюре с морковью	120	2,204	2,357	14,151	87,174
3. Чай с сахаром	180	0	0	8,982	35,91
4. Батон нарезной из пшеничной муки в/с обогащенный	45	3,465	1,35	22,545	116,55
Итого:		11,783	6,764	45,678	291,776
Итого за день:		51,082	60,521	243,725	1778,72

Ясли 1-3 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Салат из горошка зеленого консервированного	30	0,916	1,556	1,92	25,317
2. Омлет натуральный	80	8,792	14,501	0,704	168,523
3. Батон нарезной обогащенный	35	2,695	1,05	17,535	90,65
4. Какао с молоком	150	2,12	1,743	10,855	68,209
Итого:		14,523	18,849	31,014	352,698
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
2. Яблоко свежее	70	0,28	0,28	6,86	32,898
Итого:		3,905	3,405	22,11	137,898
Обед					
1. Салат картофельный	30	0,496	2,59	3,747	40,369
2. Щи по-уральски (с крупой)	150/5	1,236	2,595	4,425	47,297
3. Фрикадельки из птицы	50	1,096	0,591	5,557	32,071
4. Соус молочный густой	30	1,076	3,837	3,936	54,722
5. Пюре из свеклы	120	1,978	2,771	12,734	83,66
6. Кисель из кураги	150	0,787	0,045	22,909	95,828
7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	36	2,376	0,468	14,328	72,36
Итого:		9,044	12,897	67,636	426,306
Полдник					
1. Рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная	30	6,212	3,106	0	52,983
2. Пюре картофельное	130	1,791	3,125	14,045	91,654
3. Чай с сахаром	150	0	0	8,982	35,91
4. Батон обогащенный	25	1,925	0,75	12,525	64,75
Итого:		9,927	6,98	35,552	245,297
Итого за день:		37,4	42,132	156,311	1162,19

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 10.09.2025, День 8

ГБДОУ № 23 Кировского р-на

Сад 3-7 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	35	4,347	8,602	7,555	125,936
2. Каша манная жидкая	200	5,821	5,225	25,603	173,334
3. Чай с молоком	180	2,52	2,25	13,212	83,61
Итого:		12,688	16,076	46,37	382,88
2й Завтрак					
1. Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	97,2
2. Апельсин свежий	80	0,752	0,167	6,77	35,939
Итого:		5,972	4,667	14,33	133,139
Обед					
1. Винегрет овощной	60	0,759	6,09	3,852	73,93
2. Суп картофельный с курой	200/10	2,227	2,366	16,375	96,254
3. Запеканка из печени с рисом	90	20,869	8,108	13,76	212,606
4. Соус молочный густой	50	1,823	5,985	6,79	88,559
5. Рагу овощное (1-й вариант)	150	2,744	7,988	13,915	139,422
6. Кисель из яблок	180	0,116	0,109	17,196	70,909
7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	2,97	0,585	17,91	90,45
Итого:		31,508	31,231	89,798	772,129
Полдник					
1. Запеканка из творога	170	35,189	14,077	19,087	349,232
2. Соус молочный (сладкий)	50	0,969	2,55	4,954	46,784
3. Молоко кипяченое	180	9,603	8,574	16,119	181,764
4. Булочка домашняя	70	5,119	9,526	40,644	269,037
Итого:		50,88	34,726	80,805	846,816
Итого за день:		101,048	86,7	231,303	2134,96

Ясли 1-3 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	30	3,756	7,412	6,476	108,42
2. Каша манная жидкая	130	3,785	3,931	16,641	117,478
3. Чай с молоком	150	2,1	1,875	11,509	71,67
4. Ряженка	150	4,35	3,75	6,3	81
Итого:		13,99	16,967	40,925	378,568
2й Завтрак					
1. Сок для раннего возраста.	150	0,75	0,15	15,15	69
2. Печенье	25	1,5	1,6	17,125	112,75
3. Апельсин свежий	70	0,655	0,146	5,897	31,304
Итого:		2,905	1,896	38,172	213,054
Обед					
1. Винегрет овощной.	50	0,592	4,072	3,178	52,188
2. Суп картофельный с курой	150/10	1,642	1,69	11,795	69,401
3. Запеканка из печени с рисом	70	17,409	4,958	10,304	156,4
4. Соус молочный густой	30	1,076	3,837	3,936	54,722
5. Рагу овощное (1-й вариант)	100	1,813	4,1	9,552	82,93
6. Кисель из яблок	150	0,098	0,092	14,918	61,454
7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	36	2,376	0,468	14,328	72,36
Итого:		25,004	19,216	68,011	549,454
Полдник					
1. Запеканка из творога	130	26,908	10,797	14,675	267,658
2. Соус молочный (сладкий)	50	0,948	2,548	4,813	46,116
3. Молоко кипяченое	150	6,64	5,929	11,146	125,694
4. Булочка домашняя	70	5,492	10,072	39,338	270,234
Итого:		39,989	29,346	69,973	709,702
Итого за день:		81,888	67,424	217,081	1850,77

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 11.09.2025, День 9

ГБДОУ № 23 Кировского р-на

Сад 3-7 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с джемом	35	1,615	0,6	20,76	93,2
2. Каша овсяная "геркулес" жидкая	200	6,524	6,866	23,173	181,044
3. Кофейный напиток с молоком	180	5,01	4,328	18,837	138,467
4. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		16,774	14,92	78,02	517,711
2й Завтрак					
1. Напиток витаминизированный	180	0	0	10,696	42,784
2. Печенье	40	2,4	2,56	27,4	180,4
3. Груша свежая	70	0,28	0,21	7,212	32,909
Итого:		2,68	2,77	45,308	256,093
Обед					
1. Огурец соленый	60	0,479	0,06	1,017	7,781
2. Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	200/10/5	3,793	3,62	10,103	88,781
3. Голубцы ленивые	150	14,593	11,116	11,688	206,239
4. Чай с сахаром	180	0	0	8,982	35,91
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	2,97	0,585	17,91	90,45
Итого:		21,835	15,381	49,7	429,16
Полдник					
1. Рыба (филе) отварная	70	13,672	0,518	0,4	60,663
2. Соус польский	20	0,893	9,002	0,15	85,23
3. Картофель отварной	120	2,405	4,284	19,447	126,21
4. Сок яблочный	180	0,9	0,18	18,18	82,8
5. Батон нарезной из пшеничной муки в/с обогащенный	45	3,465	1,35	22,545	116,55
Итого:		21,334	15,333	60,722	471,453
Итого за день:		62,623	48,404	233,75	1674,41

Ясли 1-3 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с джемом	40	1,255	0,45	21,835	94,05
2. Каша овсяная "геркулес" жидкая	130	4,243	4,999	15,064	122,523
3. Кофейный напиток	150	3,299	2,825	13,895	97,48
Итого:		8,797	8,274	50,794	314,053
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
2. Груша свежая	70	0,313	0,235	8,065	36,801
Итого:		3,938	3,36	23,315	141,801
Обед					
1. Огурец соленый	30	0,243	0,03	0,517	3,952
2. Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	150/8/10	3,302	3,418	7,433	74,277
3. Голубцы ленивые	150	4,522	8,462	9,318	132,268
4. Сок для раннего возраста.	150	0,75	0,15	15,15	69
5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	36	2,376	0,468	14,328	72,36
Итого:		11,194	12,529	46,746	351,857
Полдник					
1. Рыба (филе) отварная	60	10,774	0,404	0,013	46,514
2. Соус польский	20	0,868	4,877	0,11	47,83
3. Картофель отварной	100	2,015	2,875	16,324	99,44
4. Компот из свежих плодов	150	0,119	0,089	13,039	53,859
5. Батон нарезной обогащенный	25	1,925	0,75	12,525	64,75
Итого:		15,7	8,995	42,011	312,393
Итого за день:		39,63	33,158	162,866	1120,10

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 12.09.2025, День 10

ГБДОУ № 23 Кировского р-на

Сад 3-7 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	30	4,644	4,887	7,515	93,596
2. Каша рисовая жидкая	200	4,95	5,322	26,796	175,401
3. Кофейный напиток с молоком	180	5,01	4,328	18,837	138,467
Итого:		14,604	14,537	53,148	407,463
2й Завтрак					
1. Кефир	180	5,22	4,5	7,2	95,4
2. Груша свежая	70	0,28	0,21	7,212	32,909
Итого:		5,5	4,71	14,412	128,309
Обед					
1. Томаты грунтовые	50	0,638	0,116	2,204	13,92
2. Рассольник ленинградский	200/10/5	1,967	2,712	13,726	87,816
3. Котлета рубленая из курицы	70	1,668	6,591	7,955	96,896
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	3,548	2,183	13,984	91,607
5. Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,006	0	22,822	91,287
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	2,97	0,585	17,91	90,45
Итого:		10,797	12,187	78,601	471,976
Полдник					
1. Жаркое по-домашнему	120	14,224	9,717	11,425	190,224
2. Компот из чернослива	180	0,529	0,161	23,205	98,78
3. Батон нарезной из пшеничной муки в/с обогащенный	45	3,465	1,35	22,545	116,55
4. Ватрушка с творогом и изюмом	70	8,932	5,492	31,384	211,969
Итого:		27,15	16,72	88,559	617,523
Итого за день:		58,052	48,154	234,72	1625,27

Ясли 1-3 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Яйцо вареное	40	5,194	4,698	0,287	64,206
2. Каша рисовая жидкая	130	3,186	3,991	17,056	117,224
3. Батон нарезной обогащенный	35	2,695	1,05	17,535	90,65
4. Кофейный напиток	150	3,299	2,825	13,895	97,48
Итого:		14,374	12,564	48,773	369,56
2й Завтрак					
1. Кефир	150	4,35	3,75	6	79,5
2. Банан свежий	70	1,218	0,406	17,052	77,952
Итого:		5,568	4,156	23,052	157,452
Обед					
1. Томаты грунтовые	50	0,555	0,101	1,919	12,118
2. Рассольник ленинградский	150/10	1,27	1,04	9,382	52,318
3. Котлета рубленая из курицы	50	1,189	4,497	5,679	67,29
4. Овощи, припущенные в сметанном соусе	100	2,179	1,448	9,713	61,691
5. Чай с сахаром	150	0	0	8,982	35,91
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	36	2,376	0,468	14,328	72,36
Итого:		7,569	7,554	50,003	301,687
Полдник					
1. Огурец свежий	50	0,372	0	1,163	6,51
2. Жаркое по-домашнему	120	14,224	9,717	11,425	190,224
3. Батон нарезной обогащенный	25	1,925	0,75	12,525	64,75
4. Ватрушка с творогом и изюмом	50	6,433	3,933	24,014	158,199
5. Сок для раннего возраста.	150	0,75	0,15	15,15	69
Итого:		23,705	14,55	64,276	488,683
Итого за день:		51,216	38,823	186,104	1317,38

заведующий_____Титова А.В.