

Меню на 13.10.2025, 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	2,272	0,885	14,781	76,41
2. Яйца вареные	40	6	5,427	0,332	74,169
3. Каша пшеничная жидкая	200	7,218	5,445	30,878	201,775
4. Кофейный напиток с молоком	180	3,778	3,228	16,771	115,157
5. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		22,892	18,11	78,01	572,511
2й Завтрак					
1. Напиток витаминизированный	180	0	0	10,696	42,784
2. Печенье	30	1,8	1,92	20,55	135,3
3. Яблоко свежее	80	0,309	0,309	7,575	36,329
Итого:		2,109	2,229	38,821	214,413
Обед					
1. Томаты грунтовые	50	0,641	0,116	2,213	13,977
2. Суп из овощей с курой	200/10	1,648	1,869	9,203	60,735
3. Фрикадельки из птицы	50	1,085	0,588	5,478	31,683
4. Соус молочный	20	0,493	1,1	2,094	20,305
5. Макаронные изделия отварные	160	6,003	4,009	38,38	213,79
6. Компот из изюма	180	0,313	0,068	20,925	86,099
7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	3,084	0,607	18,598	93,925
Итого:		13,267	8,357	96,891	520,513
Полдник					
1. Суфле из рыбы	100	16,719	11,101	4,772	185,69
2. Овощи, припущенные в сметанном соусе	150	3,448	2,636	12,805	90,629
3. Батон нарезной из пшеничной муки в/с обогащенный	45	3,407	1,328	22,171	114,615
4. Чай с сахаром	180	0	0	8,982	35,91
Итого:		23,575	15,065	48,73	426,844
Итого за день:		61,844	43,762	262,452	1734,28

Ясли 1-3 года (новый СанПиН)

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Яйцо вареное	40	5,22	4,721	0,289	64,527
2. Бутерброд с маслом	30	1,575	6,378	10,076	104,19
3. Каша пшеничная жидкая	130	4,643	4,06	19,82	134,644
4. Кофейный напиток	150	3,299	2,825	13,897	97,495
Итого:		14,737	17,985	44,081	400,856
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	32,898
Итого:		5,405	5,005	39,235	250,648
Обед					
1. Суп из овощей	150/14	3,849	3,709	6,733	76,006
2. Фрикадельки из птицы	50	1,096	0,591	5,557	32,071
3. Соус молочный	20	0,409	1,089	1,326	16,799
4. Макароны изделия отварные	120	4,503	3,007	28,785	160,345
5. Компот из изюма	150	0,253	0,055	15,222	62,831
6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	36	2,376	0,468	14,328	72,36
Итого:		12,486	8,919	71,952	420,413
Полдник					
1. Суфле из рыбы	80	13,387	8,097	4,025	142,388
2. Соус сметанный	40	0,631	1,599	2,847	28,545
3. Картофельное пюре с морковью	100	1,839	2,24	11,794	75,144
4. Чай с сахаром	150	0	0	8,982	35,91
5. Батон обогащенный	25	1,925	0,75	12,525	64,75
Итого:		17,782	12,686	40,173	346,736
Итого за день:		50,41	44,595	195,441	1418,65

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 14.10.2025, 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	13,378	10,098	1,151	148,99
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:		30,805	20,72	103,04	727,757
Итого за день:		82,685	62,638	254,416	1942,53

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	10,586	5,491	4,956	112,362
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:		19,772	16,626	72,492	532,352
Полдник					
1. Биточки по-белорусски	50	9,589	8,074	1,015	115,092
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:		21,617	13,579	68,331	487,328
Итого за день:		61,287	52,368	200,527	1544,7

заведующий _____ Титова А.В.

Меню на 15.10.2025, 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	3,753	3,206	16,728	114,677
Итого:		20,571	32,15	28,861	491,997
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	2,609	2,381	7,079	60,848
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:		31,232	19,222	79,563	618,639
Полдник					
1. Пудинг рыбный запеченный	100	11,554	7,871	9,049	153,316
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:		17,763	17,209	54,49	445,198
Итого за день:		76,183	73,547	190,025	1742,41

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	9,212	14,876	1,41	176,479
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:		16,122	20,307	34,76	389,926
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	9,773	5,91	6,595	118,682
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:		13,511	10,76	37,654	302,272
Итого за день:		57,232	50,47	166,412	1363,35

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 16.10.2025, 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	9,607	10,904	10,056	177,566
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:		14,692	17,033	55,591	437,421
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	4,203	3,753	7,055	79,553
4. Булочка домашняя	70	5,492	10,072	39,338	270,234
Итого:		37,551	27,169	65,881	663,561
Итого за день:		63,734	53,607	192,403	1519,43

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 17.10.2025, 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	3,753	3,206	16,728	114,677
Итого:		14,146	18,459	45,266	409,378
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	13,378	10,098	1,151	148,99
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:		24,879	17,961	82,762	592,764
Итого за день:		64,11	57,388	229,021	1704,4

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	9,589	8,074	1,015	115,092
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:		18,28	20,531	59,855	497,827
Итого за день:		56,129	56,729	174,683	1449,95

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 20.10.2025, 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	3,753	3,206	16,728	114,677
4. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		16,205	13,135	83,113	519,679
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	2,929	3,341	13,027	94,724
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:		23,807	19,728	57,652	505,522
Итого за день:		63,742	60,674	274,824	1916,15

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 21.10.2025, 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	9,212	14,876	1,41	176,479
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:		14,944	19,225	31,719	360,654
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	2,148	3,444	14,645	98,421
3. Чай с сахаром	150	0	0	8,982	35,91
4. Батон обогащенный	25	1,925	0,75	12,525	64,75
Итого:		10,285	7,3	36,152	252,064
Итого за день:		38,178	42,826	157,616	1176,92

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 22.10.2025, 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	5,054	4,513	8,484	95,665
4. Булочка домашняя	70	5,119	9,526	40,644	269,037
Итого:		46,331	30,665	73,17	760,718
Итого за день:		96,499	82,639	223,667	2048,86

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	4,203	3,753	7,055	79,553
4. Булочка домашняя	70	5,492	10,072	39,338	270,234
Итого:		37,551	27,169	65,881	663,561
Итого за день:		79,451	65,247	212,99	1804,63

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 23.10.2025, 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	3,753	3,206	16,728	114,677
4. Йогурт в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		15,517	13,798	75,91	493,921
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:		61,366	47,282	231,64	1650,62

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	9,607	10,904	10,056	177,566
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:		16,279	14,971	47,483	397,155
Полдник					
1. Рыба (филе) отварная	60	10,839	0,411	0,37	48,318
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:		15,765	9,001	42,368	314,197
Итого за день:		44,78	35,607	163,961	1167,20

заведующий_____Титова А.В.

Меню на 24.10.2025, 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	3,753	3,206	16,728	114,677
Итого:		13,347	13,415	51,039	383,673
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:		56,795	47,032	232,61	1601,48

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.