

Меню Ясли 12 часов  
2026-2027г



Завтрак

| 1 день                                                | 2 день                | 3 день                                                | 4 день                | 5 день                                       | 6 день                                                | 7 день                      | 8 день                        | 9 день                                       | 10 день                                    |
|-------------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------|
| Бутерброд с джемом 20                                 | Омлет с морковью 130  | Бутерброд с сыром 20                                  | Бутерброд с сыром 20  | Бутерброд с джемом 20                        | Бутерброд с сыром 20                                  | Горошек зеленый отварной 10 | Бутерброд с джемом 20         | Бутерброд с сыром 20                         | Бутерброд с джемом 20                      |
| Каша овсяная «Геркулес» жидкая с маслом сливочным 130 | Чай с вареньем 150/12 | Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным 130 | Каша «Дружба» 130     | Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным 130 | Каша овсяная «Геркулес» жидкая с маслом сливочным 130 | Омлет натуральный 200       | Макароны отварные с сыром 130 | Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным 130 | Каша рисовая жидкая с маслом сливочным 130 |
| Кофейный напиток с молоком 150                        | Апельсин 95           | Какао с молоком 150                                   | Чай с молоком 150     | Чай с вареньем 150/12                        | Кофейный напиток с молоком 150                        | Чай с сахаром 150           | Чай с молоком 150             | Какао с молоком 150                          | Кофейный напиток с молоком 150             |
| Груша 95                                              | Хлеб 15               | Мандарин 95                                           | Йогурт в инд упак 100 | Банан 95                                     | Апельсин 95                                           | Груша 95/Хлеб 15            | Апельсин 95                   | Яблоко 95                                    | Йогурт в инд упак 100                      |

II завтрак

|                         |                                             |                                             |                   |                         |                                             |                           |                                             |                         |                   |
|-------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------|-------------------------|---------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------|-------------------------|-------------------|
| Кефир 2,5% жирности 170 | Йогурт фруктовый 2,5% жирности питьевой 180 | Йогурт фруктовый 2,5% жирности питьевой 180 | Сок фруктовый 150 | Кефир 2,5% жирности 170 | Йогурт фруктовый 2,5% жирности питьевой 180 | Ряженка 2,5% жирности 180 | Йогурт фруктовый 2,5% жирности питьевой 180 | Кефир 2,5% жирности 150 | Сок фруктовый 150 |
|-------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------|-------------------------|---------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------|-------------------------|-------------------|

Обед

|                                                                    |                                                                                    |                                                               |                                                                              |                                                                 |                                                                 |                                                            |                                                              |                                                                 |                                                 |
|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Салат из свеклы и сыра с растительным маслом 30                    | Салат из свежих огурцов 40                                                         | Салат из квашеных овощей с зеленым луком 30                   | Огурец соленый 40                                                            | Сельдь, салат из свеклы с маслом растительным 20/20             | Салат из соевых огурцов с луком зеленым 40                      | Салат из свежих помидоров со сладким перцем 40             | Сельдь с картофелем и маслом 40                              | Помидор свежий 40                                               | Огурец свежий 40                                |
| Суп картофельный с макаронами, курицей и зеленью петрушки 150/10/1 | Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной и зеленью петрушки 150/10/5 | Бульон с гречкой, курицей, яйцом и зеленью петрушки 150/20/10 | Борщ с капустой, картофелем, говядиной, сметаной и зеленью петрушки 150/10/5 | Суп картофельный с горохом, гречкой и зеленью петрушки 150/25/1 | Суп картофельный с горохом, гречкой и зеленью петрушки 150/25/1 | Борщ с капустой, картофелем, говядиной и сметаной 150/10/5 | Рассольник с говядиной, сметаной и зеленью петрушки 150/15/5 | Суп из овощей с говядиной, сметаной и зеленью петрушки 150/20/5 | Суп картофельный с рыбными фрикадельками 150/30 |
| Запеканка из печени с рисом 160                                    | Фрикадельки с мясным соусом 50/20                                                  | Шницель рыбный запеченный 50                                  | Рагу из птицы 160                                                            | Котлета рубленая 50                                             | Пудинг из печени с морковью 60                                  | Зразы рубленые 60                                          | Фрикадельки из говядины паровые 50                           | Котлета рыбная любительская 50                                  | Суфле куриное 50                                |
| Напиток из плодов шиповника 150                                    | Каша гречневая вязкая 110                                                          | Пюре картофельное с морковью 110                              | Кисель из кураги 150                                                         | Кабачки в молочном соусе 110/Овощи в молочном соусе 120         | Рагу овощное 110                                                | Картофель в молоке 110                                     | Капуста цветная отварная с соусом молочным 110               | Картофель отварной 130                                          | Овощи в молочном соусе 120                      |
| Хлеб 15                                                            | Компот из изюма 150                                                                | Компот из кураги 150                                          | Батон 25                                                                     | Кисель из яблок 150                                             | Компот из свежих груш 150                                       | Сок фруктовый 150                                          | Компот из изюма 150                                          | Кисель из варенья 150                                           | Компот из свежих яблок 150                      |
| Батон 20                                                           | Хлеб 15                                                                            | Хлеб 25                                                       | Хлеб 15                                                                      | Батон 20                                                        | Хлеб 15                                                         | Батон 20                                                   | Хлеб 25                                                      | Батон 20                                                        | Хлеб 25                                         |
|                                                                    | Батон 25                                                                           |                                                               |                                                                              | Хлеб 15                                                         | Батон 15                                                        | Хлеб 15                                                    | Батон 20                                                     | Хлеб 20                                                         | Батон 15                                        |

Полдник

|                       |                               |                          |                                 |                             |                               |                        |                              |                           |                                    |
|-----------------------|-------------------------------|--------------------------|---------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|------------------------|------------------------------|---------------------------|------------------------------------|
| Яйцо вареное 20       | Пудинг рыбный запеченный 60   | Запеканка из творога 130 | Помидор свежий 30               | Перец сладкий 40            | Помидор свежий 40             | Рыба припущенная 60    | Огурец свежий 40             | Яйцо вареное 20           | Салат из моркови 30                |
| Голубцы ленивые 160   | Пюре картофельное 110         | Соус яблочный 30         | Биточки паровые 60              | Зразы рыбные с яйцами 50    | Плов из птицы 160             | Пюре из овощей 110     | Омлет с зеленым горошком 130 | Голубцы ленивые 160       | Запеканка из творога 130           |
| Чай с сахаром 150     | Сок фруктовый 150             | Сок фруктовый 150        | Макароны отварные с овощами 110 | Картофель в молоке 110      | Чай с сахаром 150             | Чай с вареньем 150/12  | Чай с вареньем 150/12        | Компот из апельсина в 150 | Молоко кипяченое 2,5% жирности 180 |
| Йогурт в инд упак 100 | Пирожок печеный с капустой 40 | Батон 20                 | Чай с лимоном 150/7/4           | Сок фруктовый 150           | Пряники 20                    | Булочка «Творожная» 40 | Сдоба обыкновенная 40        | Булочка молочная 45       | Батон 15                           |
| Хлеб 20/Батон 20      | Хлеб 15                       |                          | Ватрушка с творогом 50/Хлеб 15  | Булочка молочная 45/Хлеб 15 | Йогурт в инд упак 100/Хлеб 20 | Хлеб 20                | Хлеб 20                      | Хлеб 20                   |                                    |