



МЕНЮ на 09 января 2025г (ясли)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша овсяная из «Геркулеса»</i>	<i>150,0</i>	<i>171,3</i>
<i>Масло сливочное</i>	<i>4,0</i>	<i>29,9</i>
<i>Батон Подмосковский</i>	<i>20,0</i>	<i>52,0</i>
<i>Чай с сахаром</i>	<i>190,0</i>	<i>57,4</i>

Второй завтрак

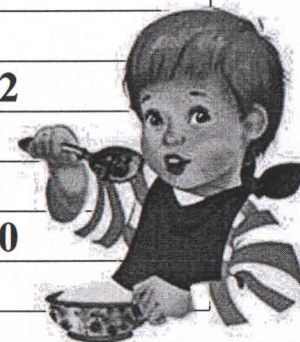
<i>Сок</i>	<i>100,0</i>	<i>45,0</i>
------------	--------------	-------------

Обед

<i>Салат из свеклы с сыром</i>	<i>50,0</i>	<i>29,7</i>
<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	<i>150,0</i>	<i>64,8</i>
<i>Жаркое по -домашнему из мясных консервов «Говядина тушеная»</i>	<i>180,0</i>	<i>127,8</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40,0</i>	<i>68,3</i>
<i>Компот из свежих яблок с лимоном</i>	<i>150,0</i>	<i>77,6</i>

Полдник

<i>Сырники из творога</i>	<i>130,0</i>	<i>356,2</i>
<i>Соус молочный сладкий</i>	<i>30,0</i>	<i>39,3</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Кефир витаминный</i>	<i>200,0</i>	<i>112,0</i>





МЕНЮ на 09 января 2025г (д/сад)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша овсяная из «Геркулеса»</i>	<i>200,0</i>	<i>228,4</i>
<i>Масло сливочное</i>	<i>4,0</i>	<i>29,9</i>
<i>Батон Подмосковский</i>	<i>30,0</i>	<i>78,0</i>
<i>Чай с сахаром</i>	<i>200,0</i>	<i>60,4</i>

Второй завтрак

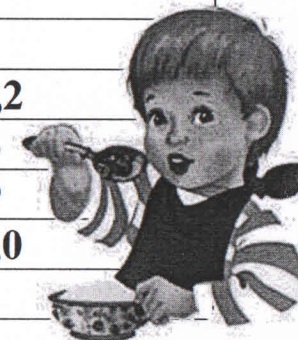
<i>Сок</i>	<i>111,0</i>	<i>50,0</i>
------------	--------------	-------------

Обед

<i>Салат из свеклы с сыром</i>	<i>60,0</i>	<i>35,6</i>
<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	<i>200,0</i>	<i>86,4</i>
<i>Жаркое по - домашнему из мясных консервов «Говядина тушеная»</i>	<i>200,0</i>	<i>142,0</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>30,0</i>	<i>70,3</i>
<i>Хлеб ржаной</i>	<i>50,0</i>	<i>85,4</i>
<i>Компот из свежих яблок с лимоном</i>	<i>180,0</i>	<i>93,1</i>

Полдник

<i>Сырники из творога</i>	<i>130,0</i>	<i>356,2</i>
<i>Соус молочный сладкий</i>	<i>30,0</i>	<i>39,3</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Кефир витаминный</i>	<i>200,0</i>	<i>112,0</i>



МЕНЮ на 10 января 2025г (д/сад)



Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша «Дружба»</i>	200,0	226,2
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	10,0	46,8
<i>Батон Подмосковский</i>	30,0	78,0
<i>Какао с молоком сгущенным</i>	170,0	100,5

Второй завтрак

<i>Сок</i>	113,0	50,8
------------	-------	------

Обед

<i>Салат из капусты белокочанной</i>	60,0	28,4
<i>Масло растительное</i>	2,0	18,0
<i>Свекольник</i>	200,0	93,5
<i>Гуляш из говядины</i>	90,0	222,9
<i>Картофельное пюре</i>	150,0	137,4
<i>Хлеб пшеничный</i>	30,0	70,3
<i>Хлеб ржаной</i>	50,0	85,4
<i>Кисель из концентрата плодового или ягодного</i>	180,0	110,9

Полдник

<i>Запеканка капустная</i>	100,0	121,8
<i>Соус молочный к блюдам</i>	30,0	33,7
<i>Булочка домашняя</i>	50,0	55,9
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Молоко кипяченое</i>	200,0	101,5



МЕНЮ на 10 января 2025г (ясли)



Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша «Дружба»</i>	150,0	169,7
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	9,0	33,2
<i>Батон Подмосковский</i>	20,0	52,0
<i>Какао с молоком сгущенным</i>	150,0	88,7

Второй завтрак		
<i>Сок</i>	100,0	45,0

Обед		
<i>Салат из капусты белокочанной</i>	40,0	19,0
<i>Масло растительное</i>	1,0	9,0
<i>Свекольник</i>	150,0	70,1
<i>Гуляш из говядины</i>	80,0	191,1
<i>Картофельное пюре</i>	130,0	119,1
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Хлеб ржаной</i>	40,0	68,3
<i>Кисель из концентрата плодового или ягодного</i>	150,0	92,4

Полдник		
<i>Запеканка капустная</i>	100,0	121,8
<i>Соус молочный к блюдам</i>	20,0	22,5
<i>Булочка домашняя</i>	50,0	55,9
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Молоко кипяченое</i>	200,0	101,5





МЕНЮ на 13 января 2025г (ясли)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша пшенная молочная жидкая</i>	<i>180,0</i>	<i>233,4</i>
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	<i>5,0</i>	<i>17,4</i>
<i>Батон Подмосковский</i>	<i>20,0</i>	<i>52,0</i>
<i>Чай с сахаром</i>	<i>190,0</i>	<i>57,4</i>

Второй завтрак

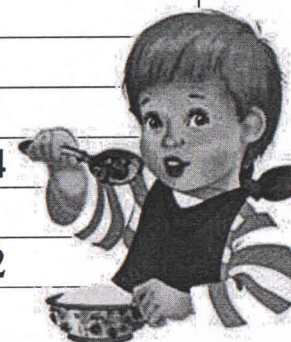
<i>Сок</i>	<i>100,0</i>	<i>45,0</i>
------------	--------------	-------------

Обед

<i>Салат из белокочанной капусты с морковью</i>	<i>40,0</i>	<i>18,7</i>
<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	<i>150,0</i>	<i>64,8</i>
<i>Жаркое по - домашнему из мясных консервов «Говядина тушеная»</i>	<i>180,0</i>	<i>127,8</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40,0</i>	<i>68,3</i>
<i>Компот из яблок с лимоном</i>	<i>150,0</i>	<i>77,6</i>

Полдник

<i>Морковь в молочном соусе</i>	<i>150,0</i>	<i>84,9</i>
<i>Булочка «Веснушка»</i>	<i>50,0</i>	<i>157,4</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Кефир обогащенный 10 витаминами</i>	<i>200,0</i>	<i>100,2</i>





МЕНЮ на 13 января 2025г (д/сад)

Наименование блюда	Объём порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша пшениная молочная жидкая</i>	200,0	259,4
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	12,0	41,9
<i>Батон Подмосковный</i>	30,0	78,0
<i>Чай с сахаром</i>	200,0	60,4

Второй завтрак

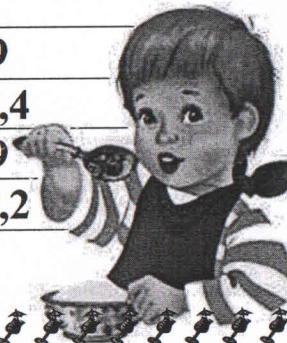
<i>Сок</i>	111,0	50,0
------------	-------	------

Обед

<i>Салат из белокочанной капусты с морковью</i>	60,0	28,0
<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	200,0	86,4
<i>Жаркое по - домашнему из мясных консервов «Говядина тушеная»</i>	200,0	142,0
<i>Хлеб пшеничный</i>	30,0	70,3
<i>Хлеб ржаной</i>	50,0	85,4
<i>Компот из яблок с лимоном</i>	180,0	93,1

Полдник

<i>Морковь в молочном соусе</i>	150,0	84,9
<i>Булочка «Веснушка»</i>	50,0	157,4
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Кефир обогащенный 10 витаминами</i>	200,0	100,2



МЕНЮ на 14 января 2025г (ясли)



Наименование блюда

Объем порции

Калорийность

Завтрак

Запеканка из творога

140,0

390,5

Молоко сгущенное

27,0

72,7

Батон Подмосковский

20,0

52,2

Чай с сахаром

190,0

57,4

Второй завтрак

Яблоко

88,0

46,8

Обед

Салат картофельный с зеленым горошком

50,0

32,6

Масло растительное

1,0

9,0

Суп крестьянский с крупой

150,0

67,6

Суфле рыбное

80,0

94,1

Макаронные изделия отварные

110,0

106,2

Хлеб пшеничный

20,0

46,9

Хлеб ржаной

40,0

68,3

Компот из плодов или ягод сушеных

150,0

61,2

Полдник

Котлеты капустные

150,0

249,4

в молочном соусе

20,0

22,3

Хлеб пшеничный

20,0

46,9

Молоко кипяченое

200,0

106,6





МЕНЮ на 14 января 2025г (д/сад)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
Запеканка из творога	140,0	390,5
Молоко сгущенное	27,0	72,7
Батон Подмосковский	30,0	78,3
Чай с сахаром	200,0	60,4

Второй завтрак

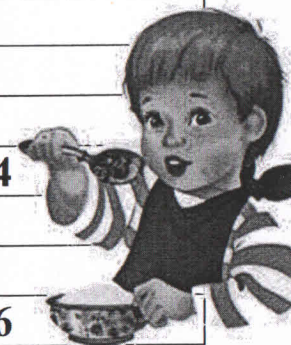
Яблоко	88,0	46,8
--------	------	------

Обед

Салат картофельный с зеленым горошком	60,0	39,1
Масло растительное	2,0	18,0
Суп крестьянский с крупой	200,0	75,9
Суфле рыбное	90,0	101,7
Макаронные изделия отварные	130,0	133,9
Хлеб пшеничный	30,0	70,3
Хлеб ржаной	50,0	85,4
Компот из плодов или ягод сушеных	180,0	73,4

Полдник

Котлеты капустные	150,0	249,4
в молочном соусе	30,0	32,9
Хлеб пшеничный	20,0	46,9
Молоко кипяченое	200,0	106,6





МЕНЮ на 15 января 2025г (ясли)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша ячневая вязкая</i>	<i>150,0</i>	<i>152,5</i>
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	<i>5,5</i>	<i>19,3</i>
<i>Батон Подмосковский</i>	<i>20,0</i>	<i>52,0</i>
<i>Кофейный напиток на сгущенном молоке</i>	<i>170,0</i>	<i>96,2</i>

Второй завтрак

<i>Сок</i>	<i>100,0</i>	<i>45,0</i>
------------	--------------	-------------

Обед

<i>Салат из белокочанной капусты с морковью</i>	<i>40,0</i>	<i>18,6</i>
<i>Масло растительное</i>	<i>1,0</i>	<i>9,0</i>
<i>Рассольник Ленинградский</i>	<i>150, 0</i>	<i>81,9</i>
<i>Рагу из курицы</i>	<i>160,0</i>	<i>227,1</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40,0</i>	<i>68,3</i>
<i>Кисель из концентрата плодового или ягодного</i>	<i>150,0</i>	<i>92,4</i>

Полдник

<i>Печень говяжья по-строгановски</i>	<i>60,0</i>	<i>116,4</i>
<i>Овощи отварные</i>	<i>130,0</i>	<i>70,9</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Кефир</i>	<i>200,0</i>	<i>100,2</i>



МЕНЮ на 15 января 2025г (д/сад)



Завтрак

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
<i>Каша ячневая вязкая</i>	200,0	271,2
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	9,8	34,4
<i>Батон Подмосковский</i>	30,0	78,0
<i>Кофейный напиток на сгущенном молоке</i>	200,0	113,2

Второй завтрак

<i>Сок</i>	109,0	49,1
------------	-------	------

Обед

<i>Салат из белокочанной капусты с морковью</i>	60,0	27,9
<i>Масло растительное</i>	2,0	18,0
<i>Рассольник Ленинградский</i>	200, 0	109,2
<i>Рагу из курицы</i>	200,0	283,9
<i>Хлеб пшеничный</i>	30,0	70,3
<i>Хлеб ржаной</i>	50,0	85,4
<i>Кисель из концентрата плодового или ягодного</i>	180,0	110,9

Полдник

<i>Печень говяжья по-строгановски</i>	70,0	135,8
<i>Овощи отварные</i>	130,0	70,9
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Кефир</i>	200,0	100,2



МЕНЮ на 16 января 2025г (ясли)



Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Салат из капусты белокочанной</i>	40,0	19,0
<i>Масло растительное</i>	1,0	9,0
<i>Омлет натуральный</i>	90,0	147,8
<i>Батон Подмосковский</i>	20,0	52,0
<i>Какао с молоком</i>	150,0	108,1

Второй завтрак

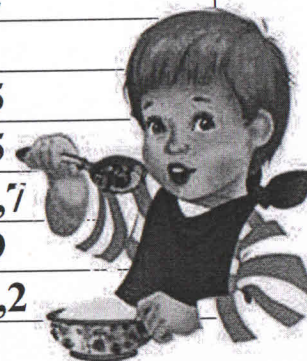
<i>Яблоко</i>	90,0	47,8
---------------	------	------

Обед

<i>Салат из свежей моркови с изюмом</i>	40,0	38,5
<i>Щи из свежей капусты</i>	150,0	59,3
<i>Плов из отварной говядины</i>	150,0	263,9
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Хлеб ржаной</i>	40,0	68,3
<i>Компот из плодов или ягод сушеных</i>	150,0	61,2

Полдник

<i>Котлеты из овощей</i>	130,0	82,5
<i>Соус молочный</i>	20,0	22,5
<i>Сдоба обыкновенная</i>	50,0	155,7
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>«Снежок»</i>	200,0	100,2





МЕНЮ на 16 января 2025г (д/сад)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
Салат из капусты белокочанной	60,0	28,4
Масло растительное	2,0	18,0
Омлет натуральный	110,0	180,6
Батон Подмосковный	30,0	78,0
Какао с молоком	170,0	122,5
Второй завтрак		
Яблоко	90,0	47,8
Обед		
Салат из моркови с изюмом	60,0	57,7
Щи из свежей капусты	200, 0	79,1
Плов из отварной говядины	200,0	351,8
Хлеб пшеничный	30,0	70,3
Хлеб ржаной	50,0	85,4
Компот из плодов или ягод сушеных	180,0	73,4
Полдник		
Котлеты из овощей	130,0	82,5
Соус молочный	30,0	33,7
Сдоба обыкновенная	60,0	186,8
Хлеб пшеничный	20,0	46,9
« Снежок»	200,0	100,2



МЕНЮ на 17 января 2025г (ясли)



Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша молочная пшеничная</i>	150,0	182,2
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	6,0	35,6
<i>Масло сливочное</i>	4,0	29,9
<i>Батон Подмосковский</i>	20,0	52,0
<i>Чай с сахаром</i>	190,0	57,4

Второй завтрак		
<i>Сок</i>	100,0	45,0

Обед		
<i>Салат из свеклы</i>	40,0	16,7
<i>Масло растительное</i>	1,0	9,0
<i>Суп картофельный с рыбой</i>	150,0	86,0
<i>Биточки мясные</i>	60,0	171,5
<i>Картофельное пюре</i>	130,0	119,1
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Хлеб ржаной</i>	40,0	68,3
<i>Компот из черной смородины</i>	150,0	53,3

Полдник		
<i>Ватрушка с творогом</i>	50,0	96,0
<i>Яблоко печенное</i>	77,0	64,8
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Молоко кипяченое</i>	200,0	106,6





Меню на 17 января 2025г (д/ сад)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша молочная пшеничная</i>	200,0	242,9
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	10,4	38,3
<i>Масло сливочное</i>	4,0	29,9
<i>Батон Подмосковный</i>	30,0	78,0
<i>Чай с сахаром</i>	200,0	60,4

Второй завтрак		
<i>Сок</i>	115,0	51,8

Обед		
<i>Салат из свеклы</i>	60,0	25,1
<i>Масло растительное</i>	2,0	18,0
<i>Суп картофельный с рыбой</i>	200,0	114,7
<i>Биточки мясные</i>	80,0	228,7
<i>Картофельное пюре</i>	150,0	137,4
<i>Хлеб пшеничный</i>	30,0	70,3
<i>Хлеб ржаной</i>	50,0	85,4
<i>Компот из черной смородины</i>	180,0	63,9

Полдник		
<i>Ватрушка с творогом</i>	50,0	96,0
<i>Яблоко печенное</i>	77,0	64,8
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Молоко кипяченое</i>	200,0	106,6





МЕНЮ на 20 января 2025г (ясли)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша овсяная из «Геркулеса»</i>	<i>150,0</i>	<i>171,3</i>
<i>Масло сливочное</i>	<i>4,0</i>	<i>29,9</i>
<i>Батон Подмосковский</i>	<i>20,0</i>	<i>52,0</i>
<i>Чай с сахаром</i>	<i>190,0</i>	<i>57,4</i>

Второй завтрак

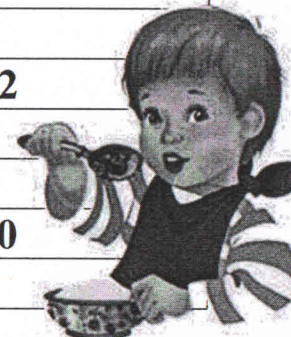
<i>Сок</i>	<i>100,0</i>	<i>45,0</i>
------------	--------------	-------------

Обед

<i>Салат из свеклы с сыром</i>	<i>50,0</i>	<i>29,7</i>
<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	<i>150,0</i>	<i>64,8</i>
<i>Жаркое по -домашнему из мясных консервов «Говядина тушеная»</i>	<i>180,0</i>	<i>127,8</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40,0</i>	<i>68,3</i>
<i>Компот из свежих яблок с лимоном</i>	<i>150,0</i>	<i>77,6</i>

Полдник

<i>Сырники из творога</i>	<i>130,0</i>	<i>356,2</i>
<i>Соус молочный сладкий</i>	<i>30,0</i>	<i>39,3</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Кефир витаминный</i>	<i>200,0</i>	<i>112,0</i>





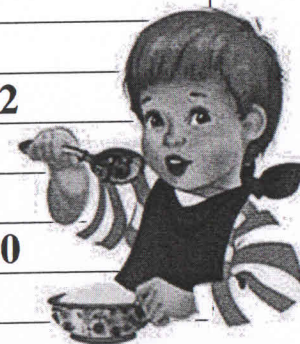
МЕНЮ на 20 января 2025г (д/сад)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша овсяная из «Геркулеса»</i>	200,0	228,4
<i>Масло сливочное</i>	4,0	29,9
<i>Батон Подмосковский</i>	30,0	78,0
<i>Чай с сахаром</i>	200,0	60,4

Второй завтрак		
<i>Сок</i>	113,0	50,9

Обед		
<i>Салат из свеклы с сыром</i>	60,0	35,6
<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	200,0	86,4
<i>Жаркое по - домашнему из мясных консервов «Говядина тушеная»</i>	200,0	142,0
<i>Хлеб пшеничный</i>	30,0	70,3
<i>Хлеб ржаной</i>	50,0	85,4
<i>Компот из свежих яблок с лимоном</i>	180,0	93,1

Полдник		
<i>Сырники из творога</i>	130,0	356,2
<i>Соус молочный сладкий</i>	30,0	39,3
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Кефир витаминный</i>	200,0	112,0





МЕНЮ на 21 января 2025г (ясли)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Салат из свежей моркови с изюмом</i>	<i>40,0</i>	<i>38,5</i>
<i>Омлет натуральный</i>	<i>90,0</i>	<i>147,7</i>
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	<i>5,0</i>	<i>17,3</i>
<i>Батон Подмосковский</i>	<i>20,0</i>	<i>52,0</i>
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	<i>150,0</i>	<i>75,5</i>

Второй завтрак

<i>Яблоко</i>	<i>98,0</i>	<i>49,0</i>
---------------	-------------	-------------

Обед

<i>Салат картофельный</i>	<i>50,0</i>	<i>32,4</i>
<i>Масло растительное</i>	<i>1,0</i>	<i>9,0</i>
<i>Рассольник домашний</i>	<i>150,0</i>	<i>73,4</i>
<i>Рыба припущенная в молоке</i>	<i>80,0</i>	<i>104,6</i>
<i>Макаронные изделия отварные</i>	<i>110,0</i>	<i>106,3</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40,0</i>	<i>68,3</i>
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	<i>150,0</i>	<i>82,5</i>

Полдник

<i>Картофель отварной в молоке</i>	<i>150,0</i>	<i>168,8</i>
<i>«Гребешок» из дрожжевого теста</i>	<i>50,0</i>	<i>210,6</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Молоко кипяченое</i>	<i>200,0</i>	<i>101,5</i>



МЕНЮ 21 января 2025г (д/сад)

Наименование блюда

Объём порции

Калорийность

Завтрак

Салат из свежей моркови с изюмом

60,0

57,7

Омлет натуральный

110,0

180,6

Сыр сычужный твердый порциями

13,0

45,5

Батон Подмосковский

30,0

78,0

Кофейный напиток с молоком

200,0

100,7

Второй завтрак

Яблоко

98,0

49,0

Обед

Салат картофельный

60,0

38,9

Масло растительное

2,0

18,0

Рассольник домашний

200,0

97,8

Рыба припущенная в молоке

90,0

117,7

Макаронные изделия отварные

120,0

116,0

Хлеб пшеничный

30,0

70,3

Хлеб ржаной

50,0

85,4

Компот из смеси сухофруктов

180,0

99,0

Полдник

Картофель отварной в молоке

150,0

168,8

«Гребешок» из дрожжевого теста

60,0

252,7

Хлеб пшеничный

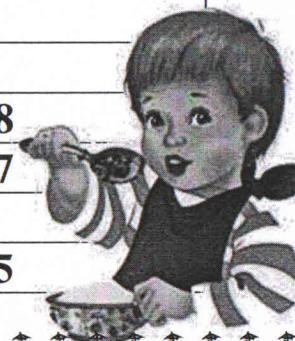
20,0

46,9

Молоко кипяченое

200,0

101,5





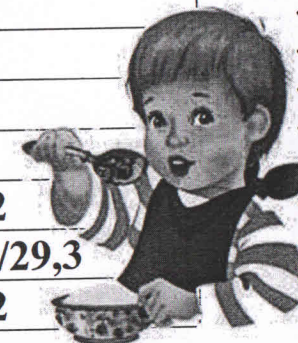
МЕНЮ на 22 января 2025г (ясли)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Салат витаминный</i>	50,0	24,3
<i>Каша манная молочная</i>	150,0	161,5
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	7,0	25,9
<i>Масло сливочное</i>	4,0	29,9
<i>Батон Подмосковский</i>	20,0	52,0
<i>Кофейный напиток на сгущенном молоке</i>	170,0	96,2

Второй завтрак		
<i>Яблоко</i>	80,0	42,4

Обед		
<i>Салат картофельный с огурцами солеными</i>	50,0	25,8
<i>Масло растительное</i>	1,0	9,0
<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	150,0	68,2
<i>Котлета из курицы</i>	60,0	124,3
<i>Капуста тушеная</i>	100,0	63,0
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Хлеб ржаной</i>	40,0	68,3
<i>Компот из плодов или ягод сушеных</i>	150,0	61,2

Полдник		
<i>Рагу из овощей</i>	150,0	135,2
<i>Хлеб пшеничный с повидлом</i>	20,0/ 12,0	46,9 /29,3
<i>Кефир</i>	200,0	100,2



МЕНЮ на 22 января 2025г (д/сад)



Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Салат витаминный</i>	60,0	29,2
<i>Каша манная молочная</i>	200,0	215,4
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	9,0	33,3
<i>Масло сливочное</i>	4,0	29,9
<i>Батон Подмосковский</i>	30,0	78,0
<i>Кофейный напиток на сгущенном молоке</i>	200,0	113,2

Второй завтрак

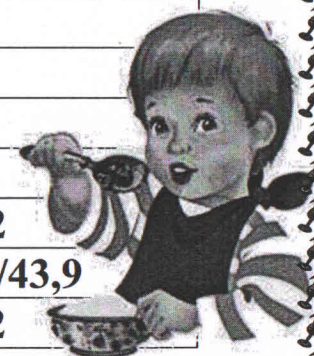
<i>Яблоко</i>	80,0	42,4
---------------	------	------

Обед

<i>Салат картофельный с огурцами солеными</i>	60,0	30,9
<i>Масло растительное</i>	2,0	18,0
<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	200,0	90,9
<i>Котлета из курицы</i>	70,0	135,5
<i>Капуста тушеная</i>	130,0	81,9
<i>Хлеб пшеничный</i>	30,0	70,3
<i>Хлеб ржаной</i>	50,0	85,4
<i>Компот из плодов или ягод сушеных</i>	180,0	73,4

Полдник

<i>Рагу из овощей</i>	150,0	135,2
<i>Хлеб пшеничный с повидлом</i>	20,0/ 18,0	46,9 /43,9
<i>Кефир</i>	200,0	100,2



МЕНЮ на 23 января 2025г (ясли)



Наименование блюда

Объем порции

Калорийность

Завтрак

Пудинг творожный запеченный

140,0

361,1

Молоко сгущенное

22,0

59,1

Батон Подмосковский

20,0

52,0

Чай с лимоном

190,0

58,1

Второй завтрак

Сок

100,0

45,0

Обед

Салат из моркови и яблок

40,0

14,1

Масло растительное

1,0

9,0

Щи из свежей капусты

150,0

59,3

Биточки рыбные

70,0

78,9

Соус молочный к блюдам

20,0

22,5

Каша гречневая рассыпчатая

100,0

168,7

Хлеб пшеничный

20,0

46,9

Хлеб ржаной

40,0

68,3

Компот из яблок с лимоном

150,0

77,6

Полдник

Котлеты картофельные

130,0

134,7

Соус молочный к блюдам

20,0

22,5

Булочка молочная

50,0

55,9

Хлеб пшеничный

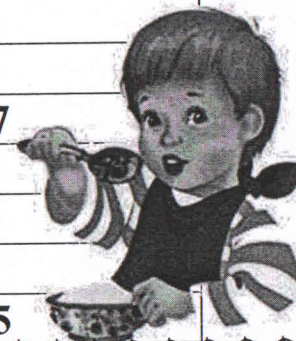
20,0

46,9

Молоко кипяченое

200,0

101,5





МЕНЮ на 23 января 2025г (д/сад)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Пудинг творожный запеченный</i>	<i>140,0</i>	<i>361,2</i>
<i>Молоко сгущенное</i>	<i>23,0</i>	<i>61,8</i>
<i>Батон Подмосковский</i>	<i>30,0</i>	<i>78,0</i>
<i>Чай с лимоном</i>	<i>200,0</i>	<i>61,2</i>

Второй завтрак

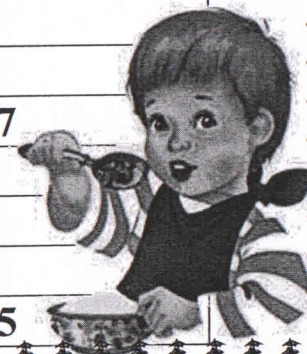
<i>Сок</i>	<i>105,0</i>	<i>47,3</i>
------------	--------------	-------------

Обед

<i>Салат из моркови и яблок</i>	<i>60,0</i>	<i>21,1</i>
<i>Масло растительное</i>	<i>2,0</i>	<i>18,0</i>
<i>Щи из свежей капусты</i>	<i>200, 0</i>	<i>79,1</i>
<i>Биточки рыбные</i>	<i>80,0</i>	<i>90,3</i>
<i>Соус молочный к блюдам</i>	<i>30,0</i>	<i>33,7</i>
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	<i>110,0</i>	<i>185,6</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>30,0</i>	<i>70,3</i>
<i>Хлеб ржаной</i>	<i>50,0</i>	<i>85,4</i>
<i>Компот из яблок с лимоном</i>	<i>180,0</i>	<i>93,1</i>

Полдник

<i>Котлеты картофельные</i>	<i>130,0</i>	<i>134,7</i>
<i>Соус молочный к блюдам</i>	<i>30,0</i>	<i>33,7</i>
<i>Булочка молочная</i>	<i>50,0</i>	<i>55,9</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Молоко кипяченое</i>	<i>200,0</i>	<i>101,5</i>



МЕНЮ на 24 января 2025г (ясли)

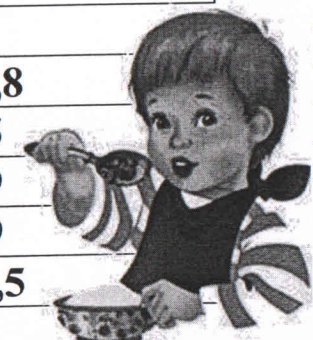


Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша « Дружба»</i>	150,0	169,7
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	6,0	28,1
<i>Батон Подмосковский</i>	20,0	52,0
<i>Какао с молоком сгущенным</i>	150,0	88,7

Второй завтрак		
<i>Сок</i>	100,0	45,0

Обед		
<i>Салат из капусты белокочанной</i>	40,0	19,0
<i>Масло растительное</i>	1,0	9,0
<i>Свекольник</i>	150,0	70,1
<i>Гуляш из говядины</i>	90,0	222,9
<i>Картофельное пюре</i>	130,0	119,1
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Хлеб ржаной</i>	40,0	68,3
<i>Кисель из концентрата плодового или ягодного</i>	150,0	92,4

Полдник		
<i>Запеканка капустная</i>	100,0	121,8
<i>Соус молочный к блюдам</i>	20,0	22,5
<i>Булочка домашняя</i>	50,0	55,9
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Молоко кипяченое</i>	200,0	101,5



МЕНЮ на 24 января 2025г (д/сад)



Завтрак

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
<i>Каша «Дружба»</i>	200,0	226,2
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	9,8	45,9
<i>Батон Подмосковский</i>	30,0	78,0
<i>Какао с молоком сгущенным</i>	170,0	100,5

Второй завтрак

<i>Сок</i>	107,0	48,2
------------	-------	------

Обед

<i>Салат из капусты белокочанной</i>	60,0	28,4
<i>Масло растительное</i>	2,0	18,0
<i>Свекольник</i>	200,0	93,5
<i>Гуляш из говядины</i>	100,0	247,7
<i>Картофельное пюре</i>	150,0	137,4
<i>Хлеб пшеничный</i>	30,0	70,3
<i>Хлеб ржаной</i>	50,0	85,4
<i>Кисель из концентрата плодового или ягодного</i>	180,0	110,9

Полдник

<i>Запеканка капустная</i>	100,0	121,8
<i>Соус молочный к блюдам</i>	30,0	33,7
<i>Булочка домашняя</i>	50,0	55,9
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Молоко кипяченое</i>	200,0	101,5





МЕНЮ на 27 января 2025г (ясли)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша пшениная молочная жидкая</i>	180,0	233,4
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	6,0	20,9
<i>Батон Подмосковский</i>	20,0	52,0
<i>Чай с сахаром</i>	190,0	57,4

Второй завтрак

<i>Сок</i>	100,0	45,0
------------	-------	------

Обед

<i>Салат из белокочанной капусты с морковью</i>	40,0	18,7
<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	150,0	64,8
<i>Жаркое по - домашнему из мясных консервов «Говядина тушеная»</i>	180,0	127,8
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Хлеб ржаной</i>	40,0	68,3
<i>Компот из яблок с лимоном</i>	150,0	77,6

Полдник

<i>Морковь в молочном соусе</i>	150,0	84,9
<i>Булочка «Веснушка»</i>	50,0	157,4
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Кефир обогащенный 10 витаминами</i>	200,0	112,0





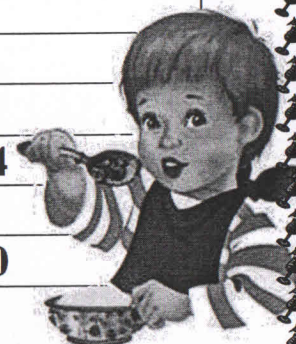
МЕНЮ на 27 января 2025г (д/сад)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша пшенная молочная жидкая</i>	200,0	259,4
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	9,7	33,9
<i>Батон Подмосковский</i>	30,0	78,0
<i>Чай с сахаром</i>	200,0	60,4

Второй завтрак		
<i>Сок</i>	106,0	47,7

Обед		
<i>Салат из белокочанной капусты с морковью</i>	60,0	28,0
<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	200,0	86,4
<i>Жаркое по - домашнему из мясных консервов «Говядина тушеная»</i>	200,0	142,0
<i>Хлеб пшеничный</i>	30,0	70,3
<i>Хлеб ржаной</i>	50,0	85,4
<i>Компот из яблок с лимоном</i>	180,0	93,1

Полдник		
<i>Морковь в молочном соусе</i>	150,0	84,9
<i>Булочка «Веснушка»</i>	50,0	157,4
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Кефир обогащенный 10 витаминами</i>	200,0	112,0



МЕНЮ на 28 января 2025г (ясли)



Наименование блюда

Объем порции

Калорийность

Завтрак

Запеканка из творога

140,0

390,5

Молоко сгущенное

24,0

64,6

Батон Подмосковский

20,0

52,2

Чай с сахаром

190,0

57,4

Второй завтрак

Яблоко

73,0

38,8

Обед

Салат картофельный с зеленым горошком

50,0

32,6

Масло растительное

1,0

9,0

Суп крестьянский с крупой

150,0

67,6

Суфле рыбное

70,0

82,3

Макаронные изделия отварные

110,0

106,2

Хлеб пшеничный

20,0

46,9

Хлеб ржаной

40,0

68,3

Компот из плодов или ягод сушеных

150,0

61,2

Полдник

Котлеты капустные

150,0

249,4

в молочном соусе

20,0

22,3

Хлеб пшеничный

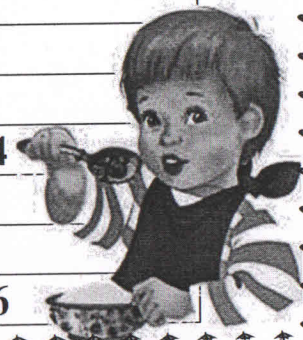
20,0

46,9

Молоко кипяченое

200,0

106,6





МЕНЮ на 28 января 2025г (д/сад)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
Запеканка из творога	140,0	390,5
Молоко сгущенное	24,0	64,6
Батон Подмосковский	30,0	78,3
Чай с сахаром	200,0	60,4

Второй завтрак

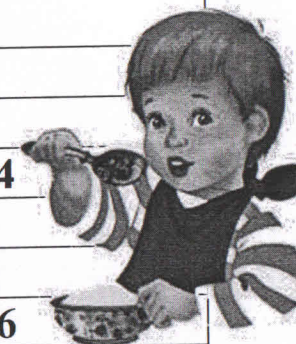
Яблоко	73,0	38,8
--------	------	------

Обед

Салат картофельный с зеленым горошком	60,0	39,1
Масло растительное	2,0	18,0
Суп крестьянский с крупой	200,0	75,9
Суфле рыбное	90,0	101,7
Макаронные изделия отварные	130,0	133,9
Хлеб пшеничный	30,0	70,3
Хлеб ржаной	50,0	85,4
Компот из плодов или ягод сушеных	180,0	73,4

Полдник

Котлеты капустные	150,0	249,4
в молочном соусе	30,0	32,9
Хлеб пшеничный	20,0	46,9
Молоко кипяченое	200,0	106,6





МЕНЮ на 29 января 2025г (ясли)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша ячневая вязкая</i>	<i>150,0</i>	<i>152,5</i>
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	<i>7,0</i>	<i>24,6</i>
<i>Батон Подмосковский</i>	<i>20,0</i>	<i>52,0</i>
<i>Кофейный напиток на сгущенном молоке</i>	<i>170,0</i>	<i>96,2</i>

Второй завтрак

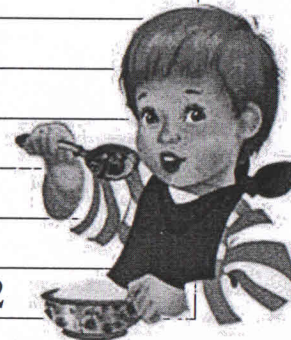
<i>Сок</i>	<i>100,0</i>	<i>45,0</i>
------------	--------------	-------------

Обед

<i>Салат из белокочанной капусты с морковью</i>	<i>40,0</i>	<i>18,6</i>
<i>Масло растительное</i>	<i>1,0</i>	<i>9,0</i>
<i>Рассольник Ленинградский</i>	<i>150, 0</i>	<i>81,9</i>
<i>Рагу из курицы</i>	<i>160,0</i>	<i>227,1</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40,0</i>	<i>68,3</i>
<i>Кисель из концентрата плодового или ягодного</i>	<i>150,0</i>	<i>92,4</i>

Полдник

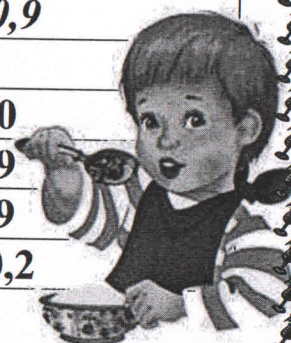
<i>Печень говяжья по-строгановски</i>	<i>50,0</i>	<i>97,0</i>
<i>Овощи отварные</i>	<i>130,0</i>	<i>70,9</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Кефир</i>	<i>200,0</i>	<i>100,2</i>





МЕНЮ на 29 января 2025г (д/сад)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша ячневая вязкая</i>	<i>200,0</i>	<i>271,2</i>
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	<i>10,0</i>	<i>35,1</i>
<i>Батон Подмосковский</i>	<i>30,0</i>	<i>78,0</i>
<i>Кофейный напиток на сгущенном молоке</i>	<i>200,0</i>	<i>113,2</i>
Второй завтрак		
<i>Сок</i>	<i>115,0</i>	<i>51,8</i>
Обед		
<i>Салат из белокочанной капусты с морковью</i>	<i>60,0</i>	<i>27,9</i>
<i>Масло растительное</i>	<i>2,0</i>	<i>18,0</i>
<i>Рассольник Ленинградский</i>	<i>200, 0</i>	<i>109,2</i>
<i>Рагу из курицы</i>	<i>200,0</i>	<i>283,9</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>30,0</i>	<i>70,3</i>
<i>Хлеб ржаной</i>	<i>50,0</i>	<i>85,4</i>
<i>Кисель из концентрата плодового или ягодного</i>	<i>180,0</i>	<i>110,9</i>
Полдник		
<i>Печень говяжья по-строгановски</i>	<i>50,0</i>	<i>97,0</i>
<i>Овощи отварные</i>	<i>130,0</i>	<i>70,9</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Кефир</i>	<i>200,0</i>	<i>100,2</i>



МЕНЮ на 30 января 2025г (д/сад)



Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
Салат из капусты белокочанной	60,0	28,4
Масло растительное	2,0	18,0
Омлет натуральный	110,0	180,6
Батон Подмосковский	30,0	78,0
Какао с молоком	170,0	122,5

Второй завтрак

Яблоко	80,0	43,6
--------	------	------

Обед

Салат из моркови с изюмом	60,0	57,7
Щи из свежей капусты	200, 0	79,1
Плов из отварной говядины	200,0	351,8
Хлеб пшеничный	30,0	70,3
Хлеб ржаной	50,0	85,4
Компот из плодов или ягод сушеных	180,0	73,4

Полдник

Котлеты из овощей	130,0	82,5
Соус молочный	30,0	33,7
Сдоба обыкновенная	60,0	186,8
Хлеб пшеничный	20,0	46,9
« Снежок»	200,0	100,2





МЕНЮ на 30 января 2025г (ясли)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Салат из капусты белокочанной</i>	<i>40,0</i>	<i>19,0</i>
<i>Масло растительное</i>	<i>1,0</i>	<i>9,0</i>
<i>Омлет натуральный</i>	<i>90,0</i>	<i>147,8</i>
<i>Батон Подмосковный</i>	<i>20,0</i>	<i>52,0</i>
<i>Какао с молоком</i>	<i>150,0</i>	<i>108,1</i>

Второй завтрак

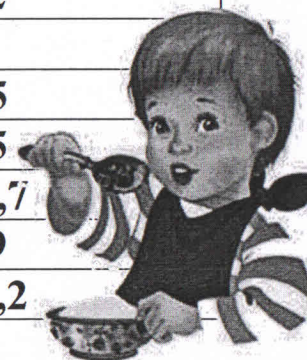
<i>Яблоко</i>	<i>80,0</i>	<i>43,6</i>
---------------	-------------	-------------

Обед

<i>Салат из свежей моркови с изюмом</i>	<i>40,0</i>	<i>38,5</i>
<i>Щи из свежей капусты</i>	<i>150, 0</i>	<i>59,3</i>
<i>Плов из отварной говядины</i>	<i>150,0</i>	<i>263,9</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40,0</i>	<i>68,3</i>
<i>Компот из плодов или ягод сушеных</i>	<i>150,0</i>	<i>61,2</i>

Полдник

<i>Котлеты из овощей</i>	<i>130,0</i>	<i>82,5</i>
<i>Соус молочный</i>	<i>20,0</i>	<i>22,5</i>
<i>Сдоба обыкновенная</i>	<i>50,0</i>	<i>155,7</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>20,0</i>	<i>46,9</i>
<i>«Снежок»</i>	<i>200,0</i>	<i>100,2</i>





Меню на 31 января 2025г (д/ сад)

Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша молочная пшеничная</i>	200,0	242,9
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	10,4	38,3
<i>Масло сливочное</i>	4,0	29,9
<i>Батон Подмосковский</i>	30,0	78,0
<i>Чай с сахаром</i>	200,0	60,4

Второй завтрак

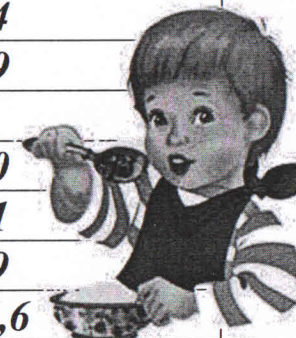
<i>Сок</i>	117,0	52,7
------------	-------	------

Обед

<i>Салат из свеклы</i>	60,0	25,1
<i>Масло растительное</i>	2,0	18,0
<i>Суп картофельный с рыбой</i>	200,0	114,7
<i>Биточки мясные</i>	80,0	228,7
<i>Картофельное пюре</i>	150,0	137,4
<i>Хлеб пшеничный</i>	30,0	70,3
<i>Хлеб ржаной</i>	50,0	85,4
<i>Компот из черной смородины</i>	180,0	63,9

Полдник

<i>Ватрушка с творогом</i>	50,0	96,0
<i>Яблоко печенное</i>	75,0	63,1
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Молоко кипяченое</i>	200,0	106,6



МЕНЮ на 31 января 2025г (ясли)



Наименование блюда	Объем порции	Калорийность
Завтрак		
<i>Каша молочная пшеничная</i>	150,0	182,2
<i>Сыр сычужный твердый порциями</i>	7,0	41,5
<i>Масло сливочное</i>	4,0	29,9
<i>Батон Подмосковский</i>	20,0	52,0
<i>Чай с сахаром</i>	190,0	57,4

Второй завтрак

<i>Сок</i>	100,0	45,0
------------	-------	------

Обед

<i>Салат из свеклы</i>	40,0	16,7
<i>Масло растительное</i>	1,0	9,0
<i>Суп картофельный с рыбой</i>	150,0	86,0
<i>Биточки мясные</i>	60,0	171,5
<i>Картофельное пюре</i>	130,0	119,1
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Хлеб ржаной</i>	40,0	68,3
<i>Компот из черной смородины</i>	150,0	53,3

Полдник

<i>Ватрушка с творогом</i>	50,0	96,0
<i>Яблоко печенное</i>	75,0	63,1
<i>Хлеб пшеничный</i>	20,0	46,9
<i>Молоко кипяченое</i>	200,0	106,6

