



Утверждаю:  
Директор МБДОУ  
«ЦРР детский сад № 57»  
Воробьева И.Ю.

МЕНЮ НА 13/01/26

Неделя: первая

День: вторник

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет.

#### ЗАВТРАК

Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным 155г 171,8ккал  
А. Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая без молока (по факту) 155г 169ккал  
Батон с повидлом и маслом сливочным 20/10/5г 156ккал  
А. Батон с сыром (по факту) 20/4г 63ккал  
Кофейный напиток с молоком 180г 84ккал  
А. Чай с сахаром (по факту) 150г 34ккал

#### ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

Напиток из плодов шиповника 100г 65ккал  
Фрукты свежие в ассортименте 100г 95ккал

#### ОБЕД:

Икра морковная 40г 40,04ккал  
Борщ с курицей, пампушка с чесноком 150/25г 146,1ккал  
Котлеты «Пожарские» с соусом томатным 60/15г 71,2ккал  
Картофельное пюре с маслом 120г 110,4ккал  
Кисель из повидла 150г 140,3ккал  
Хлеб пшеничный йодированный 20г 75ккал  
Хлеб ржаной 20г 60ккал  
**15:00**  
Сок фруктовый 100г 43 ккал.

#### УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК:

Омлет натуральный с маслом зеленым горошком 80/3/45г 129,45ккал  
А. Рагу из овощей с маслом 103г 121ккал  
Хлеб пшеничный йодированный 15г 38ккал  
Чай с сахаром 150г 28ккал  
Манник со стуженым молоком 50г 145,30ккал





Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
«ЦРР детский сад № 57»  
Воробьева И.Ю.

МЕНЮ НА 13/01/26

Неделя: первая  
День: вторник  
Возрастная категория: с 3 лет до 7 лет.

#### ЗАВТРАК

Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным 205г 216,5ккал  
А Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая без молока (по факту) 200/5г 169ккал  
Батон с повидлом и маслом сливочным 30/15/5г 183ккал  
А Батон с сыром (по факту) 30/6г 94ккал  
Кофейный напиток с молоком 180г 84ккал  
А Чай с сахаром (по факту) 180г 34ккал

#### ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

Напиток из плодов шиповника 100г 103ккал  
Фрукты свежие в ассортименте 100г 95ккал

#### ОБЕД:

Икра морковная 60г 60,06ккал  
Борщ с курицей, пампушка с чесноком 200/25г 178,1ккал  
Котлеты «Пожарские» соусом томатным 90/15г 105,1ккал  
Картофельное пюре с маслом 150г 138ккал  
Кисель с витаминами Витошка (в ассортименте) 200г 115ккал  
Хлеб пшеничный йодированный 30г 75ккал  
Хлеб ржаной 30г 60ккал

15:00

#### УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК:

Омлет натуральный с маслом зеленым горошком 100/5/60г 168,2ккал  
А Рагу из овощей с маслом 155г 131ккал  
Хлеб пшеничный йодированный 15г 38ккал  
Чай с сахаром 180г 34ккал  
Маник со сгущенным молоком 60г 186,9ккал





Неделя: первая

День: вторник

Возрастная категория От 7 лет и старше



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
«ЦРР детский сад № 57»  
Воробьева И.Ю.

МЕНЮ НА 13/01/26

#### ЗАВТРАК

Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным 205г 216,5ккал  
А. Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая без молока (по факту) 200/5г 169ккал  
Батон с повидлом и маслом сливочным 30/15/5г 183ккал  
А. Батон с сыром (по факту) 30/6г 94ккал  
Кофейный напиток с молоком 180г 84ккал  
А. Чай с сахаром (по факту) 180г 34ккал

#### ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

Напиток из плодов шиповника 100г 103ккал  
Фрукты свежие в ассортименте 100г 95ккал

#### ОБЕД:

Икра морковная 60г 60,06ккал  
Борщ с курицей, пампушка с чесноком 200/25г 178,1ккал  
Котлеты «Пожарские» с соусом томатным 90/15г 105,1ккал  
Картофельное пюре с маслом 150г 138ккал  
Кисель с витаминами Витошка (в ассортименте) 200г 115ккал  
Хлеб пшеничный йодированный 30г 75ккал  
Хлеб ржаной 30г 60ккал

15:00

#### УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК:

Омлет натуральный с маслом зеленым горошком 100/5/60г 168,2ккал  
А. Рагу из овощей с маслом 155г 131ккал  
Хлеб пшеничный йодированный 15г 38ккал  
Чай с сахаром 180г 34ккал  
Манник со сгущенным молоком 60г 186,9ккал

