

Примерное десятидневное меню для категории: Ясли примерное меню 2026г

1 неделя

"Утверждаю"

Заведующая

Ира Руксолова Н.С.

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Вых.	Цена	Вых.	Цена	Вых.	Цена	Вых.	Цена	Вых.	Цена
ЗАВТРАК	340 22.79	ЗАВТРАК	341 25.42	ЗАВТРАК	303 36.37	ЗАВТРАК	340 26.04	ЗАВТРАК	354 21.96
Плов бухарский с изюмом	150 12.07	Каша пшеничная молочная	150/5 16.47	Вареники ленивые	120/3 33.39	Каша манная молочная	150/4 17.09	Каша ячневая молочная	150/4 16.22
Чай с сахаром и лимоном	150 2.1	Бутерброд с маслом	30/6 6.85	Чай с сахаром	150 1.21	Бутерброд с маслом	30/6 6.85	Чай с сахаром	150 0.8
Бутерброд с сыром	30/10 8.62	Чай с сахаром и лимоном	150 2.1	Хлеб пшеничный	30 1.77	Чай с сахаром и лимоном	150 2.1	Бутерброд с повидлом	30/20 4.94
10 ЧАСОВ	0 0	10 ЧАСОВ	150 10.07	10 ЧАСОВ	0 0	10 ЧАСОВ	0 0	10 ЧАСОВ	0 0
		Сок	150 10.07						
ОБЕД	519 47.3	ОБЕД	544 44.22	ОБЕД	520 41.62	ОБЕД	548 45.33	ОБЕД	590 59.86
Салат из моркови	50 2.69	Рубленные яйца с маслом и луком	50 3.55	Суп картофельный с клецками	150 11.58	Салат из свеклы с сыром	40 6.32	Салат из квашеной капусты	40 6.56
Рассольник со сметаной	150/9 14.14			Макаронные изделия отварные	120/5 6.13	Суп-лапша домашняя	150 6.05	Уха с крупой	150/10 19.06
Капуста тушеная с курицей	120 25.39	Борщ с капустой и картофелем	150/9 11.66	Рыба припущенная	60 20.12	Пюре гороховое	100/3 7.17	Картофельное пюре	120 12.02
Напиток из плодов шиповника	150 2.72	Жаркое по-домашнему	150 23.16	Компот из смеси сухофруктов	150 1.72	Тефтели мясные с рисом	50/20 22	Бефстроганов	50/30 17.09
Хлеб пшеничный	40 2.36	Компот с изюмом	150 3.78	с вит С		Компот из смеси сухофруктов	150 1.72	Компот из свежих плодов с вит С	150 2.77
		Хлеб пшеничный	35 2.07	Хлеб пшеничный	35 2.07	Хлеб пшеничный	35 2.07	Хлеб пшеничный	40 2.36
УЖИН	415 49.29	УЖИН	345 31.84	УЖИН	380 35.4	УЖИН	300 36.21	УЖИН	315 29.04
Пирог с картофелем и мясом	130 32.31	Суп молочный с крупой (рис)	150 16.11	Сложный гарнир	110 9.21	Омлет натуральный	110 21.13	Запеканка из творога	120/15 24.55
Хлеб пшеничный	25 1.48	Какао с молоком	150 11.46	Хлеб пшеничный	30 1.77	Пряник	10 1.62	Хлеб пшеничный	30 1.77
Кисель	150 1.91	Хлеб пшеничный	25 1.48	Яблоко	90 10.8	Кофейный напиток на молоке	150 11.69	Напиток из плодов шиповника	150 2.72
Яблоко	90 10.8	Печенье	20 2.79	Какао с молоком	150 13.62	Хлеб пшеничный	30 1.77		
Печенье	20 2.79								
Примерная стоимость дня	119.38	Примерная стоимость дня	111.55	Примерная стоимость дня	113.39	Примерная стоимость дня	107.58	Примерная стоимость дня	110.86



Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена	
ЗАВТРАК	340	21.67	ЗАВТРАК	341	24.44	ЗАВТРАК	325	18.54	ЗАВТРАК	340	25.74	ЗАВТРАК	354	22.98
Макароны, отварные с овощами	150	10.95	Каша овсяная "Геркулес"	150/5	16.79	Каша "Дружба"	150	16.26	Каша манная молочная	150/4	16.79	Каша гречневая молочная вязкая	150/4	15.94
Чай с сахаром и лимоном	150	2.1	молочная вязкая			Чай с сахаром	150	0.8	Чай с сахаром и лимоном	150	2.1	Чай с сахаром и лимоном	150	2.1
Бутерброд с сыром	30/10	8.62	Чай с сахаром	150	0.8	Хлеб пшеничный	25	1.48	Бутерброд с маслом	30/6	6.85	Бутерброд с повидлом	30/20	4.94
			Бутерброд с маслом	30/6	6.85									
10 ЧАСОВ	100	6.71	10 ЧАСОВ	0	0	10 ЧАСОВ	0	0	10 ЧАСОВ	0	0	10 ЧАСОВ	100	6.71
Сок	100	6.71										Сок	100	6.71
ОБЕД	609	50.11	ОБЕД	534	54.11	ОБЕД	495	50.02	ОБЕД	525	54.2	ОБЕД	531	46.18
Салат овощной с зеленым горошком	40	4.62	Салат с сыром	40	13.65	Салат из белокочанной капусты	50	2.42	Рубленые яйца с маслом и луком	40	9.41	Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы	40	4.03
Суп с мясными фрикадельками	150	10.95	Щи из свежей капусты	150/9	8.28	Суп картофельный с вермишелью	150	4.79	Суп - пюре гороховый с гречками	150	12.15	Свекольник	150/6	10.16
Каша гречневая рассыпчатая	150/4	5.64	Азу	150	27.39	Суфле куриное (паровое)	110	38.19	Рагу из овощей с мясом	150	29.19	Плов с мясом	150	27.37
Бефстроганов	50/30	25.11	Напиток из плодов шиповника	150	2.72	Компот из свежих плодов с вит С	150	2.55	Компот из смеси сухофруктов с вит С	150	1.72	Компот из свежих плодов с вит С	150	2.55
Компот из смеси сухофруктов с вит С	150	1.72	Хлеб пшеничный	35	2.07	Хлеб пшеничный	35	2.07	Хлеб ржаной	35	1.73	Хлеб пшеничный	35	2.07
Хлеб пшеничный	35	2.07												
УЖИН	331	30.82	УЖИН	310	39.53	УЖИН	340	44.75	УЖИН	330	31.28	УЖИН	450	33.3
Каша пшеничная молочная	150/5	16.55	Пирог с рыбой	130	35.85	Пудинг из творога	120/40	33.45	Пирог с капустой	130	17.42	Макароны, запеченные с яйцом	150	10.18
Компот с изюмом	150	3.78	Кисель	150	1.91	Хлеб пшеничный	30	1.77	Какао с молоком	150	9.3	Соус сметанный	20	7.44
Хлеб пшеничный	25	1.48	Хлеб пшеничный	30	1.77	Кофейный напиток на молоке	150	9.53	Хлеб пшеничный	30	1.77	Хлеб пшеничный	30	1.77
яйцо вареное	1	9.01						Печенье	20	2.79	Кисель	150	1.91	
											Яблоко	100	12	
Примерная стоимость дня		109.31	Примерная стоимость дня		118.08	Примерная стоимость дня		113.31	Примерная стоимость дня		111.22	Примерная стоимость дня		109.17