



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
детский сад №44 «Солнышко»  
«30» июля 2026 г.

Носова Е.В.

**Меню-раскладка**  
Сад на 31.07.2026

| Блюда                                                     | Химический состав |       |       |        |        |
|-----------------------------------------------------------|-------------------|-------|-------|--------|--------|
|                                                           | Выход             | Б     | Ж     | У      | Ккал   |
| 1. Каша "Дружба" ТК №72                                   | 180               | 5,373 | 6,998 | 25,119 | 185,69 |
| 2. Какао с молоком ТК №14/10                              | 190               | 3,24  | 3,17  | 13,881 | 97,389 |
| 3. Хлеб с маслом и сыром ТК №4/13                         | 44                | 4,688 | 6,802 | 16,39  | 143,19 |
| Всего                                                     | 414               | 13,3  | 16,97 | 55,39  | 426,27 |
| 1. Кефир № 8                                              | 180               | 5,252 | 6,002 | 9,69   | 113,04 |
| Всего                                                     | 180               | 5,252 | 6,002 | 9,69   | 113,04 |
| 1. Лук свежий ТК №231                                     | 2,5               | 0,035 | 0     | 0,229  | 1,033  |
| 2. Салат из свежих помидор с растительным маслом ТК №15/1 | 60                | 0,657 | 3,11  | 2,378  | 41,005 |
| 3. Суп картофельный с макаронными изделиями ТК № 18/2     | 180               | 3,167 | 4,443 | 14,78  | 113,55 |
| 4. Голубцы с мясом куры и рисом (ленивые) ТК №31/8        | 140               | 10,11 | 8,901 | 10,749 | 161,02 |
| 5. Соус томатный ТК №26                                   | 30                | 0,432 | 1,494 | 4,088  | 31,81  |
| 6. Кисель из сока натурального ТК №382                    | 180               | 0     | 0     | 19,23  | 77,07  |
| 7. Витаминизация напитка (витамин С)                      | 0,05              | 0     | 0     | 0      | 0      |
| 8. Хлеб пшеничный                                         | 29                | 2,291 | 0,783 | 15,776 | 61,77  |
| 9. Хлеб ржаной                                            | 37                | 2,198 | 0,352 | 16,665 | 61,875 |
| Всего                                                     | 658,6             | 18,89 | 19,08 | 83,895 | 549,14 |
| 1. Арбуз                                                  | 100               | 0,572 | 0,095 | 5,525  | 23,814 |
| 2. Салат "Летний" ТК 16                                   | 60                | 0,73  | 3,118 | 4,034  | 47,842 |
| 3. Запеканка из творога ТК №9/5                           | 115               | 17,8  | 13,09 | 22,589 | 277,34 |
| 4. Напиток лимонно- шиповниковый №20                      | 200               | 0,309 | 0,009 | 16,41  | 69,69  |
| 5. Хлеб пшеничный.                                        | 15                | 1,185 | 0,405 | 8,16   | 31,95  |
| Всего                                                     | 490               | 20,59 | 16,72 | 56,718 | 450,63 |

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
детский сад №44 «Солнышко»  
«30» июля 2026 г.

Носова Е.В.

**Меню-раскладка**  
**Ясли на 31.07.2026**

| Блюда                                                     | Химический состав |       |       |        |        |
|-----------------------------------------------------------|-------------------|-------|-------|--------|--------|
|                                                           | Выход             | Б     | Ж     | У      | Ккал   |
| 1. Каша "Дружба" ТК №72                                   | 150               | 4,101 | 5,663 | 18,76  | 142,69 |
| 2. Какао с молоком ТК №14/10                              | 160               | 3,242 | 3,22  | 12,916 | 93,995 |
| 3. Хлеб с маслом и сыром ТК №4/13                         | 35                | 3,656 | 5,502 | 13,66  | 116,7  |
| Всего                                                     | 345               | 11    | 14,39 | 45,336 | 353,38 |
| 1. Кефир № 8                                              | 150               | 4,2   | 4,8   | 8,15   | 92     |
| Всего                                                     | 150               | 4,2   | 4,8   | 8,15   | 92     |
| 1. Лук свежий ТК №231                                     | 2,5               | 0,035 | 0     | 0,229  | 1,033  |
| 2. Салат из свежих помидор с растительным маслом ТК №15/1 | 40                | 0,452 | 2,076 | 1,627  | 27,616 |
| 3. Суп картофельный с макаронными изделиями ТК № 18/2     | 150               | 2,641 | 3,678 | 12,405 | 94,776 |
| 4. Голубцы с мясом кури и рисом (ленивые) ТК №31/8        | 120               | 8,967 | 7,902 | 9,118  | 141,32 |
| 5. Соус томатный ТК №26                                   | 20                | 0,281 | 0,971 | 2,692  | 20,814 |
| 6. Кисель из сока натурального ТК №382                    | 180               | 0     | 0     | 19,23  | 77,07  |
| 7. Витаминизация напитка (витамин С)                      | 0,035             | 0     | 0     | 0      | 0      |
| 8. Хлеб пшеничный                                         | 20                | 1,58  | 0,54  | 10,88  | 42,6   |
| 9. Хлеб ржаной                                            | 30                | 1,758 | 0,282 | 13,332 | 49,5   |
| Всего                                                     | 562,5             | 15,71 | 15,45 | 69,513 | 454,73 |
| 1. Арбуз                                                  | 95                | 0,54  | 0,09  | 5,22   | 22,5   |
| 2. Салат "Летний" ТК 16                                   | 40                | 0,482 | 2,078 | 2,674  | 31,813 |
| 3. Запеканка из творога ТК №9/5                           | 90                | 13,84 | 9,708 | 17,203 | 209,97 |
| 4. Напиток лимонно- шиповниковый №20                      | 180               | 0,255 | 0,007 | 13,166 | 55,976 |
| 5. Хлеб пшеничный.                                        | 12                | 0,948 | 0,324 | 6,528  | 25,56  |
| Всего                                                     | 417               | 16,07 | 12,21 | 44,791 | 345,82 |