

**МЕНЮ НА 21 ДЕНЬ (ДЕТСКИЕ ЯСЛИ) ЗИМА**

1-й день		2-й день		3-й день		4-й день		5-й день	
Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход
Каша ячневая молочная вязкая	150/4	Каша манная молочная жидкая	150/4	Каша пшённая молочная жидкая	150/4	Каша кукурузная молочная жидкая	150/4	Каша гречневая вязкая на молоке	140/4
Кофейный напиток с молоком	160	Кофейный напиток с молоком	160	Какао с молоком	160	Кофейный напиток с молоком	160	Кофейный напиток с молоком	180
Батон нарезной с маслом и с сыром	30/4/6	Батон нарезной с повидлом	30/6	Батон с маслом	30/4	Батон с маслом с сыром	30/4/6	Батон нарезной с повидлом	20/6
								Яйцо	40
<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>	
Кефир	100	Ряженка	100	Йогурт питьевой	100	Кефир	100	Йогурт питьевой	100
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>	
Икра кабачковая	30	Икра свекольная	30	Свекла порционная	30	Салат «Пикантный»	30	Салат из свеклы с чесноком	30
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	Рассольник ленинградский со сметаной	150	Суп овощной с фасолью и сметаной	150	Суп полевой со сметаной	150	Щи с капустой, картофелем, сметаной	150
Гуляш из курицы	50	Котлета из свинины	50	Биточки из свинины	50	Голубцы ленивые	50	Азу по – татарски со свининой	160
Макаронные изделия отварные	110	Каша гречневая рассыпчатая	110	Картофельное пюре	110	Горошница	110	Чай с сахаром	150
Компот из смеси сухофруктов	150	Чай с сахаром	150	Компот из свежих яблок	150	Компот из смеси сухофруктов	150	Хлеб ржаной	35
Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35		
<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>	
Сок	180	Яблоко	120	Пюре морковное	30	Яблоко	120	Чай с молоком	130
Вафли	15	Шанежка с картофелем	80	Вафли	15	Печенье	15	Пирожок с картофелем	70
				Сок	150	Сок	65		
<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>	
Суфле из рыбы	80	Запеканка из творога	150	Гуляш из сердца	50	Винегрет «Морской»	40	Салат «Рыбонька»	40
Картофельное пюре	120	Соус молочный сладкий	30	Капуста тушеная	150	Мясной хлебец «Деликатесный»	60	Чай с сахаром	180
Чай с лимоном	170	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	170	Картофельное пюре	110	Хлеб пшеничный	60
Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	30	Чай с сахаром	160	Яблоко	120
						Хлеб пшеничный	30		

Утверждено:  
Заведующий МБДОУ «ДС № 315 г. Челябинска»

О.В. Шебодаева  
приказ от 15.01.2026 № 02-04

6-й день		7-й день		8-й день		9-й день		10-й день	
Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход
Пудинг из творога и риса	120	Каша овсяная «Геркулес» молочная	150/4	Каша пшеничная молочная	150/4	Каша манная молочная	150/4	Каша «Дружба»	150/4
Соус молочный сладкий	30	Кофейный напиток с молоком	160	Кофейный напиток с молоком	170	Кофейный напиток с молоком	160	Какао с молоком	170
Какао с молоком	170	Батон с маслом с сыром	30/4/6	Батон нарезной с повидлом	20/6	Батон с маслом с сыром	30/4/6	Батон с маслом	20/4
Батон с маслом	30/4								
<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>	
Ряженка	100	Кефир	100	Йогурт питьевой	100	Кефир	100	Кефир	100
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>	
Салат из свежей белокачанной капусты с морковью	30	Салат из свеклы с чесноком	30	Икра кабачковая	30	Салат из квашенной капусты с яблоком	30	Салат из свеклы с солеными огурцами	30
Суп картофельный с рыбой (консервы)	150	Суп овощной с фасолью и сметаной	150	Суп картофельный с клецками	150	Свекольник со сметаной	150	Суп «Харчо»	150
Котлета из свинины	50	Биточки куриные	50	Плов из отварной свинины	160	Гуляш из свинины	50	Печень по - строгановски	50
Рагу из овощей	110	Макаронные изделия отварные	110	Компот из свежих яблок	150	Каша гречневая рассыпчатая	110	Сложный гарнир	110
Компот из смеси сухофруктов	150	Компот из смеси сухофруктов	150	Хлеб ржаной	35	Компот из смеси сухофруктов	150	Компот из свежих яблок	150
Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35			Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35
<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>	
Чай без сахара	160	Яблоко	120	Яблоко	120	Яблоко	120	Сок	130
Батон нарезной с повидлом	30/10	Пирожок с яйцом	80	Шанежка с картофелем	80	Пирожок с капустой	80	Шарлотка с яблоками	70
<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>	
Мясной хлебец из курицы	60	Суфле из печени	50	Хлебцы рыбные	60	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишелью)	180	Винегрет	45
Соус сметанный	25	Картофельное пюре	120	Соус томатный	40	Чай с сахаром	180	Суфле из курицы с морковью	120
Чай с лимоном	180	Чай с лимоном	180	Салат «Пикантный»	45	Хлеб пшеничный	40	Чай с сахаром	180
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	30	Чай с сахаром	180			Хлеб пшеничный	40
Яблоко	120	Печенье	15	Хлеб пшеничный	50			Печенье	15
				Вафли	20				

Утверждено:  
Заведующий МБДОУ «ДС № 315 г. Челябинска»

О.В. Шебодаева  
приказ от 15.01.2026 № 02-04

11-й день		12-й день		13-й день		14-й день		15-й день	
Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход
Каша рисовая молочная	150/4	Каша кукурузная молочная жидкая	150/4	Каша «Дружба»	150/4	Каша пшенная молочная	150/4	Каша молочная «Здоровье»	150/4
Какао с молоком	160	Кофейный напиток с молоком	160	Кофейный напиток с молоком	160	Какао с молоком	160	Кофейный напиток с молоком	160
Батон нарезной с повидлом	30/6	Батон с маслом с сыром	30/4/6	Батон нарезной с маслом	30/4	Батон нарезной с повидлом	30/6	Батон с маслом с сыром	30/4/6
<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>	
Ряженка	100	Йогурт питьевой	100	Кефир	100	Ряженка	100	Кефир	100
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>	
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	30	Салат из квашенной капусты с яблоком	30	Салат «Пикантный»	30	Огурец соленый порционный	30	Винегрет	30
Борщ «Сибирский»	150	Суп с рисовой крупой	150	Щи по - уральски с геркулесом	150	Свекольник со сметаной	150	Суп-лапша домашняя	150
Гуляш из свинины	50	Фрикадельки из свинины в соусе	50	Тефтели из свинины в томатном соусе	50	Печень по - строгановски	50	Биточки из куриных грудок	50
Рагу из овощей	110	Макаронные изделия отварные	110	Каша гречневая рассыпчатая	110	Картофельное пюре	110	Рагу из овощей	110
Компот из смеси сухофруктов	150	Компот из свежих яблок	150	Компот из смеси сухофруктов	150	Компот из свежих яблок	150	Компот из смеси сухофруктов	150
Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35
<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>	
Яблоко	120	Сок	140	Яблоко	120	Яблоко	120	Яблоко	120
Коржик	80	Шанежка наливная с яйцом	60	Икра свекольная	80	Пирожок с капустой	80	Шанежка с картофелем	80
<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>	
Омлет натуральный	150	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишелью)	180	Омлет натуральный	150	Рыба тушеная в томате с овощами	180	Лакомка из творога	150
Салат из свеклы с чесноком	40	Чай с сахаром	180	Икра кабачковая	30	Чай с сахаром	180	Соус молочный сладкий	30
Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный	30	Чай с лимоном	180	Хлеб пшеничный	40	Чай с сахаром	180
Хлеб пшеничный	30	Печенье	15	Хлеб пшеничный	40			Хлеб пшеничный	30
								Печенье	15

Утверждено:  
Заведующий МБДОУ «ДС № 315 г. Челябинска»  
О.В. Шебодаева  
приказ от 15.01.2026 № 02-04

16-й день		17-й день		18-й день		19-й день		20-й день	
Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход
Запеканка из творога	130	Каша ячневая молочная	150/4	Каша овсяная «Геркулес» молочная	150/4	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишелью)	180	Каша «Дружба»	150/4
Соус молочный сладкий	20	Кофейный напиток с молоком	160	Какао с молоком	160	Кофейный напиток с молоком	150	Какао с молоком	160
Какао с молоком	160	Батон с маслом с сыром	30/4/6	Батон с маслом	30/4	Батон с маслом с сыром	20/4/6	Батон нарезной с повидлом	30/6
Батон нарезной с повидлом	30/6								
<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>		<b>На 10 часов</b>	
Йогурт питьевой	100	Кефир	100	Ряженка	100	Кефир	100	Йогурт питьевой	100
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>	
Свекла порционная	30	Икра кабачковая	30	Винегрет «Морской»	30	Салат из квашенной капусты с яблоком	30	Салат Витаминный	30
Рассольник домашний со сметаной	150	Суп картофельный с рыбными консервами	150	Щи с капустой, картофелем и сметаной	150	Суп полевой со сметаной	150	Суп гороховый	150
Суфле из печени	50	Тефтели из свинины с рисом	50	Гуляш из свинины	50	Плов из отварной свинины	160	Биточки из куриных грудок	50
Сложный гарнир	110	Макаронные изделия отварные	110	Картофельное пюре	110	Чай с сахаром	150	Макаронные изделия отварные	110
Компот из свежих яблок	150	Чай с сахаром	150	Компот из смеси сухофруктов	150	Хлеб ржаной	35	Компот из свежих яблок	150
Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35			Хлеб ржаной	35
<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>	
Сок	150	Яблоко	120	Яблоко	120	Яблоко	120	Сок	130
Пицца детская	50	Коржик молочный	80	Булочка «Домашняя»	80	Шанежка с картофелем	80	Шарлотка с яблоками	70
<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>		<b>Ужин</b>	
Рыба запеченная в омлете	60	Салат «Мясной»	50	Салат из зеленого горошка	40	Котлета рыбная	50	Картофельная запеканка с мясом (сердце говяжье)	160
Овощи тушеные	120	Капуста тушеная	120	Суфле из рыбы	130	Салат овощной	30	Соус молочный	20
Чай с сахаром	180	Печенье	15	Чай с сахаром	180	Картофельное пюре	110	Чай с сахаром	180
Хлеб пшеничный	40	Чай с молоком	180	Хлеб пшеничный	30	Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный	40
		Хлеб пшеничный	30	Печенье	15	Хлеб пшеничный	30		

