

Утвержден
Директор: Киселев Д.Г.

Согласовано:

Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

10.03.26

2 день

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая
ценность, ккал

Завтрак

КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103

150

7,25

11,42

23,70

183,80

БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)

30/5/10

4,40

6,70

14,60

141,60

ЧАЙ С САХАРОМ №411

150

0,00

0,00

11,30

45,00

Итого за прием пищи:

345

11,65

18,12

49,60

370,40

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399

100

0,50

0,13

9,80

41,70

Итого за прием пищи:

100

0,50

0,10

9,80

41,70

Обед

Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или
огурец соленый, или свекла отварная) *Огурцы соленые*

30

0,50

0,08

2,70

12,90

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43

150

3,30

3,16

9,80

80,90

ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304

50/30

3,40

3,80

4,30

64,60

КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136

110

3,00

3,80

19,40

97,00

КИСЕЛЬ №247

150

1,10

0,00

24,20

97,50

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6

20

1,56

0,20

9,64

46,72

ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ № 68

20

1,32

0,24

6,84

36,20

Итого за прием пищи:

560

14,18

11,28

76,88

435,82

Уплотненный полдник

ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) №100

100/30

8,95

10,85

25,95

186,45

КАКАО С МОЛОКОМ №416

150

3,10

2,70

13,10

89,10

Итого за прием пищи:

280

12,05

13,55

39,05

275,55

Всего за день:

1285

38,38

43,05

175,33

1123,47



Утверждаю:

Директор: Киселев Д.Г.

Согласовано:

Директор: *Е. Д. Жуков*

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

11.03.26

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	150	4,75	8,20	34,30	237,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50
Итого за прием пищи:	350	8,11	15,70	65,90	453,00
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,10	9,80	41,70
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) <i>помидор салат</i>	30	0,50	0,08	2,70	12,90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86	150	1,40	1,70	10,10	61,40
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261	60	6,56	3,06	1,54	60,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,20	4,60	28,00	182,70
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Итого за прием пищи:	540	17,54	9,88	70,42	446,42
Уплотненный полдник					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108	150	0,70	0,75	4,00	26,42
ПЕЧЕНЬЕ №9	50	3,80	4,90	37,20	208,50
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00
Итого за прием пищи:	350	4,50	5,65	52,50	279,92
Всего за день:	1340	30,65	31,33	198,62	1221,04

Утверждаю:

Директор: Киселев Д.Г.

Согласовано:

Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

18.02.26

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	4,50	2,60	24,30	134,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60
Итого за прием пищи:	350	11,40	10,80	49,50	339,90
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60
Итого за прием пищи:	100	0,40	0,40	9,50	45,60
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63	150	1,20	3,00	7,50	61,80
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321	130	22,00	20,50	19,00	340,70
КИСЕЛЬ №247	150	1,10	0,00	24,20	97,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Итого за прием пищи:	500	27,68	24,02	69,88	595,82
Уплотненный полдник					
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154	100/30	10,10	9,20	26,20	209,60
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20
Итого за прием пищи:	280	12,40	11,10	37,90	282,80
Всего за день:	1230	51,88	46,32	166,78	1264,12



13.02.26. 5 день

Ежедневное меню 3-7 лет с 12 часовым пребыванием.

Согласовано:

Директор: Е. В. Жукова



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85	180	7,56	10,00	23,76	135,14
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60
ЧАЙ С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	14,30	57,00
Итого за прием пищи:	405	12,06	16,70	52,66	333,74
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,80	0,20	14,70	62,60
Итого за прием пищи:	150	0,80	0,20	14,70	62,60
Обед					
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	180	1,35	2,70	7,90	64,50
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	70/30	7,00	6,80	15,70	159,90
БОБОВЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОХ) № 330	130	12,50	6,00	27,70	217,10
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	180	0,00	0,00	14,00	55,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40
Итого за прием пищи:	650	25,07	16,10	92,16	626,78
Уплотненный полдник					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	180	8,70	13,70	28,40	220,60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08
ЧАЙ С САХАРОМ №411	180	0,10	0,00	14,30	57,00
Итого за прием пищи:	390	11,14	14,00	57,16	347,68
Всего за день:	1595	49,07	47,00	216,68	1370,80