

Ежедневное меню на 14.09.2026г.(6)

Прием пищи	Наименование блюда	1-3 лет вес блюда гр.	3-7 лет вес блюда гр.
Завтрак	Макарон.изд.отварные с маслом	120г 132,39 ккал	140г 154,46 ккал
	Бутерброд с сыром	42г- 129,7ккал	45г- 139 ккал
	Чай с лимоном	150г-34 ккал	180г-41ккал
Второй завтрак	Сок фруктовый	150 г- 64ккал	150г- 64ккал
Обед	Суп-пюре из кабачков	150г- 57,80 ккал	200г 77 ккал
	Бефстроганов(или гуляш) из отв.мяса (говядина)	60 г.- 91,90 ккал	80 г.- 122,53 ккал
	Каша вязкая «Артек»	110 г- 110,95 ккал	130г- 132,08 ккал
	Салат из свежих огурцов	20 г- 13,5 ккал	30 г- 20,20 ккал
	Хлеб пшеничный	30г-69 ккал	30г-69 ккал
	Хлеб ржано-пшеничный	20 г-34 ккал	30г-52 ккал
	Компот из сухофруктов	150г- 84,75 ккал	180г- 101,7 ккал
Полдник	В.С.П. Булочка «К чаю»	50г- 165 ккал	60г- 198 ккал
	Какао с молоком сгущен.	150г-89 ккал	180г-107 ккал

Ежедневное меню на 15.09.2026 г.(7)

Прием пищи	Наименование блюда	1-3 лет вес блюда гр.	3-7 лет вес блюда гр.
Завтрак	Каша молочная вязкая(манная)	150г 114,75 ккал	200г 153 ккал
	Бутерброд с маслом	35г- 119 ккал	35г- 119 ккал
	Чай с сахаром.	150г- 28 ккал	180г- 40 ккал
2	Плоды свеж. (Яблоко 1шт)	100-150гр 44 ккал	100-150гр 44 ккал
Обед	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150г 67,35 ккал	200г 89,8 ккал
	Рагу овощное	130г 111,67 ккал	140г 120,26 ккал
	Котлета руб.из мяса(говяд.)	50г- 115,83 ккал	60 г- 139 ккал
	Хлеб пшеничный	30г-69 ккал	30г-69 ккал
	Хлеб ржано-пшеничный	20 г-34 ккал	30г-52ккал
	Компот из сухофруктов	150г- 84.75 ккал	180г- 101,7ккал
Полдник	В.С.П. Запеканка из творога	85/10 г 215,05 ккал	100/10 г 253 ккал
	Коф.напиток с молоком сгущенным	150г- 70 ккал	180г- 91 ккал

Ежедневное меню на 16.09.2026 г.(8)

Прием пищи	Наименование блюда	1-3 лет вес блюда гр.	3-7 лет вес блюда гр.
Завтрак	Каша молочная вязкая (пшено)	150г 201 ккал	200г 258 ккал
	Бутерброд с маслом	35г-119ккал	35г-119 ккал
	Чай с лимоном	150г-34ккал	180г-41ккал
Второй завтрак	Сок фруктовый	150 г- 64 ккал	150г- 64 ккал
Обед	Борщ с картофелем(Свекольник)	150 г 65,85 ккал	200 г 87,8 ккал
	Котлета рублен.из птицы с молочным соусом	50/15 г 92,5 ккал	60\25 г 111 ккал
	Пюре картофельное	110г- 100,65 ккал	120г- 109,8 ккал
	Салат из белокочанной капусты	30 г- 25,23 ккал	50 г- 42,05 ккал
	Хлеб пшеничный	30г-69 ккал	30г-69 ккал
	Хлеб ржано-пшеничный	20 г-34 ккал	30г-52 ккал
	Кисель из плод.шипов.	150 г- 84ккал	180г- 101 ккал
Полдник	В.С.П. Бул. «Российская»	50г- 165ккал	60г- 207,2ккал
	Какао с молоком сгущен.	150г- 89 ккал	180г- 107 ккал

Ежедневное меню на 17.09.2026 г.(9)

Прием пищи	Наименование блюда	1-3 лет вес блюда гр.	3-7 лет вес блюда гр.
Завтрак	Суп молоч.с макарон.изделиями	150г 115 ккал	200г 145 ккал
	Бутерброд с маслом	35 г-119 ккал	35г-119 ккал
	Чай с лимоном	150г-34ккал	180г-41ккал
Второй завтрак	Плоды свеж. (Яблоко 1 шт)	100гр 44 ккал	100гр 44 ккал
Обед	Суп картофельный с бобовыми(горох)	150г- 80,85 ккал	200г- 107,8 ккал
	Рыба запечен.в сметан.соусе	60 г-65 ккал	80 г-89ккал
	Каша вязкая (рис)	110г- 110,95ккал	130г- 132,08ккал
	Салат из свежих помидоров и огурцов	30 г- 22,10 ккал	50 г- 36,60 ккал
	Хлеб пшеничный	30г-69 ккал	30г-69 ккал
	Хлеб ржано-пшеничный	20 г-34 ккал	30г-52ккал
	Компот из сухофруктов	150 г-84ккал	180г- 101ккал
Полдник	В.С.П. «Пицца Детская»	50г- 178,19ккал	60г- 207,2ккал
	Чай с сахаром.	150г-28ккал	180г40ккал

Ежедневное меню на 18.09.2026 г.(10)

Прием пищи	Наименование блюда	1-3 лет вес блюда гр.	3-7 лет вес блюда гр.
Завтрак	Каша молочная вязкая(овсяная)	150г 115 ккал	200г 153 ккал
	Бутерброд с маслом	35г-119 ккал	35г-119 ккал
	Чай с лимоном	150г-34ккал	180г-41ккал
Второй завтрак	Сок фруктовый	150 г- 64ккакл	150г-64ккал
Обед	Суп картофельн.с макар.изд.	150г-62,85 ккал	200г- 83,8ккал
	Жаркое по-домашнему	160 г - 104 ккал	200 г- 139 ккал
	О.П.С.Салат из белокочанной капусты и огурцов свежих	30 г- 25,23 ккал	50 г- 42,05 ккал
	Хлеб пшеничный	30г-69 ккал	30г-69 ккал
	Хлеб ржано-пшеничный	20 г-34 ккал	30г-52ккал
	Компот из свеж.плод.(ябл.)	150г- 72,91ккал	180г- 87,84ккал
Полдник	Омлет натуральный	65г- 138,16 ккал	85г- 157 ккал
	О.П.С.Икра кабачковая	30г-21 ккал	30г- 21 ккал
	Чай с сахаром	150г-28 ккал	180г-40 ккал
	Хлеб пшеничный	20г-34 ккал	20г-34 ккал
	Конд. Изд.	1 шт	1 шт

Ответственный за питание в ДОУ

Н.В.Пескова