

Заведующий МБДОУ «ДС №2 «Кунешчик»  
г.Бахчисарай  
Алиева С.М.

## Меню

12.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи            | Наименование блюда                    | Выход блюда | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность |
|-----------------------|---------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|                       |                                       |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
| <b>Завтрак</b>        | Суп молочный с макаронными изделиями  | 150         | 4,31             | 3,91         | 14,13         | 108,90                  |
|                       | Бутерброд с сыром                     | 50          | 5,60             | 7,30         | 16,20         | 153,30                  |
|                       | Чай с сахаром                         | 180         | 0,06             | 0,02         | 9,99          | 40,00                   |
|                       | <b>Итого за завтрак:</b>              | <b>380</b>  | <b>9,97</b>      | <b>11,23</b> | <b>40,32</b>  | <b>302,20</b>           |
| <b>Второй завтрак</b> | Сок овощной, фруктовый, ягодный       | 180         | 0,90             | 0,00         | 22,14         | 95,00                   |
|                       | <b>Итого за второй завтрак:</b>       | <b>180</b>  | <b>0,90</b>      | <b>0,00</b>  | <b>22,14</b>  | <b>95,00</b>            |
| <b>Обед</b>           | Овощи по-сезону /порционно/огурцы кв. | 30          | 0,24             | 0,03         | 0,51          | 3,0                     |
|                       | Борщ с капустой и картофелем          | 180         | 1,31             | 3,54         | 9,17          | 73,80                   |
|                       | Каша вязкая гречневая                 | 130         | 3,97             | 4,34         | 17,79         | 126,10                  |
|                       | Котлеты мясные с соусом томатным      | 80          | 8,20             | 8,00         | 11,50         | 151,80                  |
|                       | Хлеб пшеничный                        | 30          | 2,37             | 0,30         | 23,94         | 97,80                   |
|                       | Хлеб ржаной                           | 20          | 1,32             | 0,02         | 0,67          | 34,80                   |
|                       | Компот из свежих плодов               | 180         | 0,22             | 0,13         | 25,05         | 102,24                  |
|                       | <b>Итого за обед:</b>                 | <b>650</b>  | <b>17,63</b>     | <b>16,36</b> | <b>88,63</b>  | <b>589,54</b>           |
| <b>Полдник</b>        | Кондитерское изделие                  | 70          | 3,19             | 1,20         | 25,30         | 125,00                  |
|                       | Кисель из сока натурального           | 180         | 0,51             | 0,05         | 27,18         | 111,24                  |
|                       | <b>Итого за полдник:</b>              | <b>250</b>  | <b>3,70</b>      | <b>1,25</b>  | <b>52,48</b>  | <b>236,24</b>           |
|                       | <b>Итого за весь день:</b>            | <b>1460</b> | <b>32,20</b>     | <b>28,84</b> | <b>203,57</b> | <b>1222,98</b>          |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

Заведующий МБДОУ «ДС №2 «Кунешчик»  
г.Бахчисарай  
Алиева С.М.

Меню

13.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда                 | Выход блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|------------------------------------|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                    |             | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | Каша жидкая молочная пшенная       | 200         | 7,33             | 11,44 | 36,16    | 278,21                  |
|                | Бутерброд с маслом сливочным       | 35          | 2,45             | 7,55  | 14,62    | 136,00                  |
|                | Кофейный напиток с молоком         | 180         | 2,85             | 2,41  | 14,36    | 91,00                   |
|                | Итого за завтрак:                  | 415         | 12,63            | 21,40 | 65,15    | 505,21                  |
| Второй завтрак | Фрукты свежие                      | 100         | 0,40             | 0,40  | 9,80     | 44,00                   |
|                | Итого за второй завтрак:           | 100         | 0,40             | 0,40  | 9,80     | 44,00                   |
| Обед           | Салат из овощей по — сезону        | 30          | 0,33             | 1,85  | 1,04     | 22,11                   |
|                | Суп - лапша                        | 180         | 1,59             | 3,65  | 8,58     | 73,6                    |
|                | Картофельное пюре                  | 130         | 2,66             | 4,16  | 17,71    | 118,95                  |
|                | Рыба, тушенная с овощами           | 80          | 7,93             | 4,55  | 2,20     | 81,00                   |
|                | Хлеб пшеничный                     | 30          | 2,37             | 0,30  | 23,94    | 97,80                   |
|                | Хлеб ржаной                        | 20          | 1,32             | 0,02  | 0,67     | 34,80                   |
|                | Компот из смеси сухофруктов        | 180         | 0,40             | 0,02  | 24,99    | 101,70                  |
|                | Итого за обед:                     | 650         | 16,59            | 14,55 | 79,14    | 529,98                  |
| Полдник        | Омлет натуральный маслом сливочным | 65          | 5,73             | 11,04 | 1,10     | 127,00                  |
|                | Икра кабачковая                    | 30          | 0,57             | 2,67  | 2,34     | 36,00                   |
|                | Хлеб пшеничный                     | 30          | 2,37             | 0,30  | 23,94    | 97,80                   |
|                | Чай с сахаром                      | 180         | 0,06             | 0,02  | 9,99     | 40,00                   |
|                | Итого за полдник                   | 305         | 8,73             | 14,03 | 37,37    | 300,80                  |
|                | Итого за весь день                 | 1470        | 38,36            | 50,38 | 191,45   | 1379,99                 |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

Заведующий МБДОУ «ДС №2 «Кунешчик»

г.Бахчисарай  
Алиева С.М.

Меню

14.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда              | Выход блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|---------------------------------|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                 |             | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | Каша жидкая молочная гречневая  | 200         | 9,09             | 12,99 | 35,19    | 295,00                  |
|                | Бутерброд с маслом сливочным    | 35          | 2,45             | 7,55  | 14,62    | 136,00                  |
|                | Чай с сахаром                   | 180         | 0,06             | 0,02  | 9,99     | 40,00                   |
|                | Итого за завтрак:               | 415         | 11,60            | 20,56 | 59,80    | 471,00                  |
| Второй завтрак | Сок овощной, фруктовый, ягодный | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,66    | 95,00                   |
|                | Итого за второй завтрак:        | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,66    | 95,00                   |
|                | Суп с бобовыми                  | 180         | 4,00             | 3,80  | 11,80    | 97,00                   |
|                | Рагу из овощей                  | 130         | 2,55             | 5,59  | 12,54    | 138,06                  |
|                | Котлеты рубленые из птицы       | 70          | 14,52            | 9,56  | 13,46    | 198,00                  |
|                | Хлеб пшеничный                  | 30          | 2,37             | 0,30  | 23,94    | 97,80                   |
|                | Хлеб ржаной                     | 20          | 1,32             | 0,02  | 0,67     | 34,80                   |
|                | Компот из свежих плодов         | 180         | 0,22             | 0,13  | 25,05    | 102,24                  |
|                | Итого за обед:                  | 610         | 24,98            | 19,40 | 87,46    | 667,90                  |
| Полдник        | Пицца                           | 50          | 8,03             | 6,69  | 13,97    | 148,00                  |
|                | Чай с сахаром и лимоном         | 180         | 0,12             | 0,02  | 10,20    | 41,00                   |
|                | Итого за полдник:               | 230         | 8,15             | 6,71  | 24,17    | 189,00                  |
|                | Итого за весь день:             | 1435        | 45,63            | 46,67 | 193,57   | 1422,90                 |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

Заведующий МБДОУ «ДС №2 «Кунешчик»

г.Бахчисарай  
Алиева С.М.

Меню

15.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|-----------------------------------|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                   |             | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | Каша жидкая молочная манная       | 200         | 7,41             | 13,01 | 39,30    | 298,81                  |
|                | Бутерброд с маслом сливочным      | 35          | 2,45             | 7,55  | 14,62    | 136,00                  |
|                | Чай с сахаром                     | 180         | 0,06             | 0,02  | 9,99     | 40,00                   |
|                | Итого за завтрак:                 | 415         | 9,92             | 20,58 | 63,91    | 474,81                  |
| Второй завтрак | Сок овощной, фруктовый, ягодный   | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,14    | 95,00                   |
|                | Итого за второй завтрак:          | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,14    | 95,00                   |
| Обед           | Суп из овощей                     | 180         | 1,14             | 3,59  | 5,51     | 68,58                   |
|                | Рис отварной                      | 130         | 4,38             | 6,45  | 44,02    | 251,64                  |
|                | Рыба, запеченная с морковью       | 90          | 8,78             | 4,09  | 4,09     | 86,00                   |
|                | Салат из овощей по — сезону       | 30          | 0,37             | 1,81  | 0,90     | 21,33                   |
|                | Хлеб пшеничный                    | 30          | 2,37             | 0,30  | 23,94    | 97,80                   |
|                | Хлеб ржаной                       | 20          | 1,32             | 0,02  | 0,67     | 34,80                   |
|                | Итого за обед:                    | 630         | 18,76            | 16,28 | 104,12   | 661,85                  |
| Полдник        | Выпечка собственного производства | 70          | 9,02             | 5,48  | 29,18    | 202,00                  |
|                | Молоко кипяченое                  | 180         | 5,48             | 4,88  | 9,07     | 102,00                  |
|                | Итого за полдник:                 | 250         | 14,50            | 10,36 | 38,25    | 304,00                  |
|                | Итого за весь день:               | 1475        | 44,08            | 47,22 | 228,42   | 1535,66                 |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

г.Бахчисарай  
Алиева С.М.

## Меню

16.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда                        | Выход блюда | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность |
|----------------|-------------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|                |                                           |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
| Завтрак        | Каша жидкая молочная пшеничная            | 200         | 7,31             | 10,98        | 39,20         | 286,00                  |
|                | Бутерброд с маслом сливочным              | 35          | 2,45             | 7,55         | 14,62         | 136,00                  |
|                | Чай с сахаром                             | 180         | 0,06             | 0,02         | 9,99          | 40,00                   |
|                | <b>Итого за завтрак:</b>                  | <b>415</b>  | <b>9,82</b>      | <b>18,55</b> | <b>63,81</b>  | <b>462,00</b>           |
| Второй завтрак | Сок овощной, фруктовый, ягодный           | 180         | 0,90             | 0,00         | 22,14         | 95,00                   |
|                | <b>Итого за второй завтрак:</b>           | <b>180</b>  | <b>0,90</b>      | <b>0,00</b>  | <b>22,14</b>  | <b>95,00</b>            |
| Обед           | Салат из овощей по — сезону (кв.капуста)  | 30          | 0,42             | 1,52         | 2,71          | 26,22                   |
|                | Суп картофельный с крупой                 | 180         | 1,81             | 2,01         | 12,24         | 74,34                   |
|                | Птица тушеная                             | 80          | 9,02             | 7,63         | 3,185         | 117,5                   |
|                | Макаронные изделия отварные               | 130         | 4,78             | 3,91         | 22,92         | 145,99                  |
|                | Хлеб пшеничный                            | 30          | 2,37             | 0,30         | 23,94         | 97,80                   |
|                | Хлеб ржаной                               | 20          | 1,32             | 0,02         | 0,67          | 34,80                   |
|                | Компот из свежих плодов                   | 180         | 0,22             | 0,13         | 25,05         | 102,24                  |
|                | <b>Итого за обед:</b>                     | <b>650</b>  | <b>19,93</b>     | <b>15,53</b> | <b>90,71</b>  | <b>598,89</b>           |
| Полдник        | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 70          | 3,75             | 4,90         | 37,20         | 183,50                  |
|                | Чай с сахаром                             | 180         | 0,06             | 0,02         | 9,99          | 40,00                   |
|                | <b>Итого за полдник:</b>                  | <b>250</b>  | <b>3,81</b>      | <b>4,92</b>  | <b>47,19</b>  | <b>223,50</b>           |
|                | <b>Итого за весь день:</b>                | <b>1495</b> | <b>34,46</b>     | <b>39,00</b> | <b>223,85</b> | <b>1379,39</b>          |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

Заведующий МБДОУ «ДС» №2 «Кунешчик»

Меню

19.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда              | Выход блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|---------------------------------|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                 |             | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | Каша жидкая манная              | 200         | 5,98             | 10,46 | 31,60    | 245,02                  |
|                | Бутерброд с джемом или повидлом | 55          | 2,51             | 3,93  | 28,88    | 161,00                  |
|                | Чай с сахаром                   | 180         | 0,06             | 0,02  | 9,99     | 40,00                   |
|                | Итого за завтрак:               | 435         | 8,55             | 14,41 | 70,47    | 446,02                  |
| Второй завтрак | Сок овощной, фруктовый, ягодный | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,14    | 95,00                   |
|                | Итого за второй завтрак:        | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,14    | 95,00                   |
| Обед           | Суп с макаронными изделиями     | 180         | 1,90             | 2,00  | 12,60    | 85,10                   |
|                | Голубцы ленивые                 | 190         | 14,12            | 9,04  | 20,26    | 219,0                   |
|                | Хлеб пшеничный                  | 30          | 2,37             | 0,30  | 23,94    | 97,80                   |
|                | Хлеб ржаной                     | 20          | 1,32             | 0,02  | 0,67     | 34,80                   |
|                | Компот из свежих плодов         | 180         | 0,22             | 0,13  | 25,05    | 102,24                  |
|                | Суп с макаронными изделиями     | 180         | 1,90             | 2,00  | 12,60    | 85,10                   |
|                | Голубцы ленивые                 | 190         | 14,12            | 9,04  | 20,26    | 219,0                   |
|                | Итого за обед:                  | 600         | 19,93            | 11,49 | 82,52    | 538,94                  |
| Полдник        | Яйцо отварное                   | 40          | 5,08             | 4,60  | 0,28     | 63,00                   |
|                | Икра кабачковая                 | 30          | 0,57             | 2,67  | 2,34     | 36,00                   |
|                | Хлеб пшеничный                  | 30          | 2,37             | 0,30  | 23,94    | 97,80                   |
|                | Чай с сахаром                   | 180         | 0,06             | 0,02  | 9,99     | 40,00                   |
|                | Итого за полдник:               | 280         | 8,08             | 7,59  | 36,55    | 236,80                  |
|                | Итого за весь день:             | 1495        | 37,46            | 33,49 | 211,68   | 1316,76                 |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

Меню

20.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда                      | Выход блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|-----------------------------------------|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                         |             | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | Суп молочный с макаронными изделиями    | 150         | 4,31             | 3,91  | 14,13    | 108,90                  |
|                | Бутерброд с маслом сливочным            | 35          | 2,45             | 7,55  | 14,62    | 136,00                  |
|                | Чай с сахаром                           | 180         | 0,06             | 0,02  | 9,99     | 40,00                   |
|                | Итого за завтрак:                       | 365         | 6,82             | 11,48 | 38,74    | 284,90                  |
| Второй завтрак | Сок овощной, фруктовый, ягодный         | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,14    | 95,00                   |
|                | Итого за второй завтрак:                | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,14    | 95,00                   |
| Обед           | Борщ с картофелем                       | 180         | 1,47             | 3,60  | 10,16    | 79,02                   |
|                | Салат из овощей по — сезону (кв.огурцы) | 30          | 0,23             | 1,83  | 0,71     | 20,19                   |
|                | Каша вязкая гречневая                   | 130         | 3,97             | 4,34  | 17,79    | 126,10                  |
|                | Тефтели I вариант                       | 110         | 8,87             | 9,83  | 11,71    | 171,00                  |
|                | Компот из смеси сухофруктов             | 180         | 0,40             | 0,02  | 24,99    | 101,70                  |
|                | Хлеб пшеничный                          | 30          | 2,37             | 0,30  | 23,94    | 97,80                   |
|                | Хлеб ржаной                             | 20          | 1,32             | 0,02  | 0,67     | 34,80                   |
|                | Итого за обед:                          | 650         | 18,62            | 19,94 | 89,97    | 630,61                  |
| Полдник        | Кондитерское изделие                    | 70          | 2,91             | 10,69 | 28,90    | 223,00                  |
|                | Кисломолочный продукт                   | 180         | 5,22             | 4,50  | 7,56     | 92,00                   |
|                | Итого за полдник:                       | 250         | 8,13             | 15,19 | 36,46    | 315,00                  |
|                | Итого за весь день:                     | 1445        | 34,47            | 46,61 | 187,31   | 1325,51                 |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

Заведующий МБДОУ «ДС» №2 «Кунешчик»  
г.Бахчисарай  
Алиева С.М.

Меню

21.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда                       | Выход блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|------------------------------------------|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                          |             | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | Каша жидкая молочная рисовая             | 200         | 5,1              | 10,72 | 33,42    | 251                     |
|                | Бутерброд с маслом сливочным             | 35          | 2,45             | 7,55  | 14,62    | 136,00                  |
|                | Чай с сахаром                            | 180         | 0,06             | 0,02  | 9,99     | 40,00                   |
|                | Итого за завтрак:                        | 415         | 7,61             | 18,29 | 58,03    | 427,00                  |
| Второй завтрак | Сок овощной, фруктовый, ягодный          | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,14    | 95,00                   |
|                | Итого за второй завтрак:                 | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,14    | 95,00                   |
| Обед           | Рассольник ленинградский                 | 180         | 1,50             | 3,70  | 11,90    | 86,90                   |
|                | Салат из овощей по — сезону (кв.капуста) | 30          | 0,42             | 1,52  | 2,71     | 26,22                   |
|                | Картофельное пюре                        | 130         | 2,66             | 4,16  | 17,71    | 118,95                  |
|                | Шницель рыбный с соусом томатным         | 80          | 11,07            | 4,63  | 9,53     | 123,58                  |
|                | Хлеб пшеничный                           | 30          | 2,37             | 0,30  | 23,94    | 97,80                   |
|                | Хлеб ржаной                              | 20          | 1,32             | 0,02  | 0,67     | 34,80                   |
|                | Компот из смеси сухофруктов              | 180         | 0,40             | 0,02  | 24,99    | 101,70                  |
|                | Итого за обед:                           | 620         | 19,73            | 14,36 | 91,45    | 589,95                  |
| Полдник        | Пицца                                    | 50          | 6,69             | 5,58  | 11,64    | 123,33                  |
|                | Чай с сахаром и лимоном                  | 180         | 0,12             | 0,02  | 10,20    | 41,00                   |
|                | Итого за полдник:                        | 230         | 6,81             | 5,60  | 21,84    | 164,33                  |
|                | Итого за весь день:                      | 1445        | 35,06            | 38,24 | 193,46   | 1276,28                 |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

Заведующий МБДОУ «ДС» №2 «Кунешчик»  
г.Бахчисарай  
Алиева С.М.

Меню

22.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда                                  | Выход блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|-----------------------------------------------------|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                                     |             | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | Каша жидкая молочная с овсяными хлопьями "Геркулес" | 200         | 7,15             | 11,16 | 35,29    | 271,43                  |
|                | Бутерброд с маслом сливочным                        | 35          | 2,45             | 7,55  | 14,62    | 136,00                  |
|                | Кофейный напиток с молоком                          | 180         | 2,85             | 2,41  | 14,36    | 91,00                   |
|                | Итого за завтрак:                                   | 415         | 12,45            | 17,38 | 64,27    | 498,43                  |
| Второй завтрак | Сок овощной, фруктовый, ягодный                     | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,14    | 95,00                   |
|                | Итого за второй завтрак:                            | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,14    | 95,00                   |
| Обед           | Суп картофельный с крупой                           | 180         | 1,81             | 2,01  | 12,24    | 74,34                   |
|                | Капуста тушеная                                     | 130         | 2,68             | 4,21  | 12,26    | 97,63                   |
|                | Котлеты мясные                                      | 70          | 12,44            | 9,24  | 12,56    | 183,00                  |
|                | Компот из смеси сухофруктов                         | 180         | 0,40             | 0,02  | 24,99    | 101,70                  |
|                | Хлеб пшеничный                                      | 30          | 2,37             | 0,30  | 23,94    | 97,80                   |
|                | Хлеб ржаной                                         | 20          | 1,32             | 0,02  | 0,67     | 34,80                   |
|                | Итого за обед:                                      | 610         | 21,02            | 15,80 | 86,66    | 589,27                  |
| Полдник        | Выпечка собственного производства                   | 70          | 9,02             | 5,48  | 29,18    | 202,00                  |
|                | Чай с сахаром                                       | 180         | 0,06             | 0,02  | 9,99     | 40,00                   |
|                | Итого за полдник:                                   | 250         | 9,08             | 5,50  | 39,17    | 242,00                  |
|                | Итого за весь день:                                 | 1455        | 43,45            | 38,68 | 212,24   | 1424,70                 |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

Заведующий МБДОУ «ДС» №2 «Кунешчик»  
г.Бахчисарай  
Алиева С.М.

## Меню

23.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда                      | Выход блюда | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность |
|----------------|-----------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|                |                                         |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
| Завтрак        | Омлет натуральный маслом сливочным      | 100         | 5,73             | 11,04        | 1,10          | 127,00                  |
|                | Овощи по-сезону /порционно/ св.помидоры | 30          | 0,24             | 0,03         | 0,51          | 3,00                    |
|                | Хлеб пшеничный                          | 30          | 2,37             | 0,30         | 23,94         | 97,80                   |
|                | Бутерброд с маслом сливочным            | 35          | 2,45             | 7,55         | 14,62         | 136,00                  |
|                | Чай с сахаром                           | 180         | 0,06             | 0,02         | 9,99          | 40,00                   |
|                | <b>Итого за завтрак:</b>                | <b>375</b>  | <b>10,85</b>     | <b>18,94</b> | <b>50,16</b>  | <b>403,80</b>           |
| Второй завтрак | Фрукты свежие                           | 100         | 1,50             | 0,50         | 21,00         | 95,00                   |
|                | <b>Итого за второй завтрак:</b>         | <b>100</b>  | <b>1,50</b>      | <b>0,50</b>  | <b>21,00</b>  | <b>95,00</b>            |
| Обед           | Суп с бобовыми                          | 180         | 4,00             | 3,80         | 11,80         | 97,00                   |
|                | Овощи по-сезону /порционно/кв.огурцы    | 30          | 0,24             | 0,03         | 0,51          | 3,0                     |
|                | Плов из птицы                           | 180         | 22,26            | 21,91        | 35,69         | 429,00                  |
|                | Хлеб пшеничный                          | 30          | 2,37             | 0,30         | 23,94         | 97,80                   |
|                | Хлеб ржаной                             | 20          | 1,32             | 0,02         | 0,67          | 34,80                   |
|                | Компот из смеси сухофруктов             | 180         | 0,40             | 0,02         | 24,99         | 101,70                  |
|                | <b>Итого за обед:</b>                   | <b>620</b>  | <b>26,59</b>     | <b>22,28</b> | <b>85,80</b>  | <b>666,30</b>           |
| Полдник        | Кондитерское изделие                    | 70          | 3,19             | 1,20         | 25,30         | 125,00                  |
|                | Чай с сахаром                           | 180         | 0,06             | 0,02         | 9,99          | 40,00                   |
|                | <b>Итого за полдник:</b>                | <b>250</b>  | <b>3,25</b>      | <b>1,22</b>  | <b>35,29</b>  | <b>165,00</b>           |
|                | <b>Итого за весь день:</b>              | <b>1345</b> | <b>42,19</b>     | <b>42,94</b> | <b>192,25</b> | <b>1330,10</b>          |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

Заведующий МБДОУ «ДС №2 «Кунешчик»

г.Бахчисарай  
Алиева С.М.

## Меню

26.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда                    | Выход блюда | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность |
|----------------|---------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|                |                                       |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
| Завтрак        | Суп молочный с макаронными изделиями  | 150         | 4,31             | 3,91         | 14,13         | 108,90                  |
|                | Бутерброд с сыром                     | 50          | 5,60             | 7,30         | 16,20         | 153,30                  |
|                | Чай с сахаром                         | 180         | 0,06             | 0,02         | 9,99          | 40,00                   |
|                | <b>Итого за завтрак:</b>              | <b>380</b>  | <b>9,97</b>      | <b>11,23</b> | <b>40,32</b>  | <b>302,20</b>           |
| Второй завтрак | Сок овощной, фруктовый, ягодный       | 180         | 0,90             | 0,00         | 22,14         | 95,00                   |
|                | <b>Итого за второй завтрак:</b>       | <b>180</b>  | <b>0,90</b>      | <b>0,00</b>  | <b>22,14</b>  | <b>95,00</b>            |
| Обед           | Овощи по-сезону /порционно/огурцы кв. | 30          | 0,24             | 0,03         | 0,51          | 3,0                     |
|                | Борщ с капустой и картофелем          | 180         | 1,31             | 3,54         | 9,17          | 73,80                   |
|                | Каша вязкая гречневая                 | 130         | 3,97             | 4,34         | 17,79         | 126,10                  |
|                | Котлеты мясные с соусом томатным      | 80          | 8,20             | 8,00         | 11,50         | 151,80                  |
|                | Хлеб пшеничный                        | 30          | 2,37             | 0,30         | 23,94         | 97,80                   |
|                | Хлеб ржаной                           | 20          | 1,32             | 0,02         | 0,67          | 34,80                   |
|                | Компот из свежих плодов               | 180         | 0,22             | 0,13         | 25,05         | 102,24                  |
|                | <b>Итого за обед:</b>                 | <b>650</b>  | <b>17,63</b>     | <b>16,36</b> | <b>88,63</b>  | <b>589,54</b>           |
| Полдник        | Кондитерское изделие                  | 70          | 3,19             | 1,20         | 25,30         | 125,00                  |
|                | Кисель из сока натурального           | 180         | 0,51             | 0,05         | 27,18         | 111,24                  |
|                | <b>Итого за полдник:</b>              | <b>250</b>  | <b>3,70</b>      | <b>1,25</b>  | <b>52,48</b>  | <b>236,24</b>           |
|                | <b>Итого за весь день:</b>            | <b>1460</b> | <b>32,20</b>     | <b>28,84</b> | <b>203,57</b> | <b>1222,98</b>          |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

Заведующий МБДОУ «ДС №2 «Кунешчик»

## Меню

27.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда                 | Выход блюда | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность |
|----------------|------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|                |                                    |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
| Завтрак        | Каша жидкая молочная пшеничная     | 200         | 7,33             | 11,44        | 36,16         | 278,21                  |
|                | Бутерброд с маслом сливочным       | 35          | 2,45             | 7,55         | 14,62         | 136,00                  |
|                | Кофейный напиток с молоком         | 180         | 2,85             | 2,41         | 14,36         | 91,00                   |
|                | <b>Итого за завтрак:</b>           | <b>415</b>  | <b>12,63</b>     | <b>21,40</b> | <b>65,15</b>  | <b>505,21</b>           |
| Второй завтрак | Фрукты свежие                      | 100         | 0,40             | 0,40         | 9,80          | 44,00                   |
|                | <b>Итого за второй завтрак:</b>    | <b>100</b>  | <b>0,40</b>      | <b>0,40</b>  | <b>9,80</b>   | <b>44,00</b>            |
| Обед           | Салат из овощей по — сезону        | 30          | 0,33             | 1,85         | 1,04          | 22,11                   |
|                | Суп - лапша                        | 180         | 1,59             | 3,65         | 8,58          | 73,6                    |
|                | Картофельное пюре                  | 130         | 2,66             | 4,16         | 17,71         | 118,95                  |
|                | Рыба, тушенная с овощами           | 80          | 7,93             | 4,55         | 2,20          | 81,00                   |
|                | Хлеб пшеничный                     | 30          | 2,37             | 0,30         | 23,94         | 97,80                   |
|                | Хлеб ржаной                        | 20          | 1,32             | 0,02         | 0,67          | 34,80                   |
|                | Компот из смеси сухофруктов        | 180         | 0,40             | 0,02         | 24,99         | 101,70                  |
|                | <b>Итого за обед:</b>              | <b>650</b>  | <b>16,59</b>     | <b>14,55</b> | <b>79,14</b>  | <b>529,98</b>           |
| Полдник        | Омлет натуральный маслом сливочным | 65          | 5,73             | 11,04        | 1,10          | 127,00                  |
|                | Икра кабачковая                    | 30          | 0,57             | 2,67         | 2,34          | 36,00                   |
|                | Хлеб пшеничный                     | 30          | 2,37             | 0,30         | 23,94         | 97,80                   |
|                | Чай с сахаром                      | 180         | 0,06             | 0,02         | 9,99          | 40,00                   |
|                | <b>Итого за полдник</b>            | <b>305</b>  | <b>8,73</b>      | <b>14,03</b> | <b>37,37</b>  | <b>300,80</b>           |
|                | <b>Итого за весь день</b>          | <b>1470</b> | <b>38,36</b>     | <b>50,38</b> | <b>191,45</b> | <b>1379,99</b>          |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

Меню

28.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда              | Выход блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|---------------------------------|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                 |             | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | Каша жидкая молочная гречневая  | 200         | 9,09             | 12,99 | 35,19    | 295,00                  |
|                | Бутерброд с маслом сливочным    | 35          | 2,45             | 7,55  | 14,62    | 136,00                  |
|                | Чай с сахаром                   | 180         | 0,06             | 0,02  | 9,99     | 40,00                   |
|                | Итого за завтрак:               | 415         | 11,60            | 20,56 | 59,80    | 471,00                  |
| Второй завтрак | Сок овощной, фруктовый, ягодный | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,66    | 95,00                   |
|                | Итого за второй завтрак:        | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,66    | 95,00                   |
|                | Суп с бобовыми                  | 180         | 4,00             | 3,80  | 11,80    | 97,00                   |
|                | Рагу из овощей                  | 130         | 2,55             | 5,59  | 12,54    | 138,06                  |
|                | Котлеты рубленные из птицы      | 70          | 14,52            | 9,56  | 13,46    | 198,00                  |
|                | Хлеб пшеничный                  | 30          | 2,37             | 0,30  | 23,94    | 97,80                   |
|                | Хлеб ржаной                     | 20          | 1,32             | 0,02  | 0,67     | 34,80                   |
|                | Компот из свежих плодов         | 180         | 0,22             | 0,13  | 25,05    | 102,24                  |
|                | Итого за обед:                  | 610         | 24,98            | 19,40 | 87,46    | 667,90                  |
| Полдник        | Пицца                           | 50          | 8,03             | 6,69  | 13,97    | 148,00                  |
|                | Чай с сахаром и лимоном         | 180         | 0,12             | 0,02  | 10,20    | 41,00                   |
|                | Итого за полдник:               | 230         | 8,15             | 6,71  | 24,17    | 189,00                  |
|                | Итого за весь день:             | 1435        | 45,63            | 46,67 | 193,57   | 1422,90                 |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

# Меню

29.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи            | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность |
|-----------------------|-----------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|                       |                                   |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
| <b>Завтрак</b>        | Каша жидкая молочная манная       | 200         | 7,41             | 13,01        | 39,30         | 298,81                  |
|                       | Бутерброд с маслом сливочным      | 35          | 2,45             | 7,55         | 14,62         | 136,00                  |
|                       | Чай с сахаром                     | 180         | 0,06             | 0,02         | 9,99          | 40,00                   |
|                       | <b>Итого за завтрак:</b>          | <b>415</b>  | <b>9,92</b>      | <b>20,58</b> | <b>63,91</b>  | <b>474,81</b>           |
| <b>Второй завтрак</b> | Сок овощной, фруктовый, ягодный   | 180         | 0,90             | 0,00         | 22,14         | 95,00                   |
|                       | <b>Итого за второй завтрак:</b>   | <b>180</b>  | <b>0,90</b>      | <b>0,00</b>  | <b>22,14</b>  | <b>95,00</b>            |
| <b>Обед</b>           | Суп из овощей                     | 180         | 1,14             | 3,59         | 5,51          | 68,58                   |
|                       | Рис отварной                      | 130         | 4,38             | 6,45         | 44,02         | 251,64                  |
|                       | Рыба, запеченная с морковью       | 90          | 8,78             | 4,09         | 4,09          | 86,00                   |
|                       | Салат из овощей по — сезону       | 30          | 0,37             | 1,81         | 0,90          | 21,33                   |
|                       | Хлеб пшеничный                    | 30          | 2,37             | 0,30         | 23,94         | 97,80                   |
|                       | Хлеб ржаной                       | 20          | 1,32             | 0,02         | 0,67          | 34,80                   |
|                       | <b>Итого за обед:</b>             | <b>630</b>  | <b>18,76</b>     | <b>16,28</b> | <b>104,12</b> | <b>661,85</b>           |
| <b>Полдник</b>        | Выпечка собственного производства | 70          | 9,02             | 5,48         | 29,18         | 202,00                  |
|                       | Молоко кипяченое                  | 180         | 5,48             | 4,88         | 9,07          | 102,00                  |
|                       | <b>Итого за полдник:</b>          | <b>250</b>  | <b>14,50</b>     | <b>10,36</b> | <b>38,25</b>  | <b>304,00</b>           |
|                       | <b>Итого за весь день:</b>        | <b>1475</b> | <b>44,08</b>     | <b>47,22</b> | <b>228,42</b> | <b>1535,66</b>          |

Ответственный по питанию:Медицинский работник:

Меню

30.01.2026г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи     | Наименование блюда                        | Выход блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|-------------------------------------------|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                           |             | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | Каша жидкая молочная пшеничная            | 200         | 7,31             | 10,98 | 39,20    | 286,00                  |
|                | Бутерброд с маслом сливочным              | 35          | 2,45             | 7,55  | 14,62    | 136,00                  |
|                | Чай с сахаром                             | 180         | 0,06             | 0,02  | 9,99     | 40,00                   |
|                | Итого за завтрак:                         | 415         | 9,82             | 18,55 | 63,81    | 462,00                  |
| Второй завтрак | Сок овощной, фруктовый, ягодный           | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,14    | 95,00                   |
|                | Итого за второй завтрак:                  | 180         | 0,90             | 0,00  | 22,14    | 95,00                   |
| Обед           | Салат из овощей по — сезону (кв.капуста)  | 30          | 0,42             | 1,52  | 2,71     | 26,22                   |
|                | Суп картофельный с крупой                 | 180         | 1,81             | 2,01  | 12,24    | 74,34                   |
|                | Птица тушеная                             | 80          | 9,02             | 7,63  | 3,185    | 117,5                   |
|                | Макаронные изделия отварные               | 130         | 4,78             | 3,91  | 22,92    | 145,99                  |
|                | Хлеб пшеничный                            | 30          | 2,37             | 0,30  | 23,94    | 97,80                   |
|                | Хлеб ржаной                               | 20          | 1,32             | 0,02  | 0,67     | 34,80                   |
|                | Компот из свежих плодов                   | 180         | 0,22             | 0,13  | 25,05    | 102,24                  |
|                | Итого за обед:                            | 650         | 19,93            | 15,53 | 90,71    | 598,89                  |
| Полдник        | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 70          | 3,75             | 4,90  | 37,20    | 183,50                  |
|                | Чай с сахаром                             | 180         | 0,06             | 0,02  | 9,99     | 40,00                   |
|                | Итого за полдник:                         | 250         | 3,81             | 4,92  | 47,19    | 223,50                  |
|                | Итого за весь день:                       | 1495        | 34,46            | 39,00 | 223,85   | 1379,39                 |

Ответственный по питанию:

Медицинский работник:

