

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: первый Неделя: первая

Комплекс для детей 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
1	Каша пшённая вязкая на молоке	200	5.34	6.06	36.64	222.60	0.00
2	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91.00	1.17
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00
4	Джем/повидло	10	0.05	0.00	6.61	25.30	0.09
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0.75	0.00	15.15	64.00	3.00
Итого завтрак:		510	10.53	9.07	83.42	456.80	4.26
ОБЕД							
1	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1.26	3.52	6.11	61.02	12.11
2	Котлеты, биточки, шницели	60	7.85	6.87	6.14	119.25	0.69
3	Каша гречневая вязкая	130	3.99	4.40	17.80	126.10	0.00
4	Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.01	24.98	102.60	0.36
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
6	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00
Итого обед:		610	17.73	15.48	78.07	525.60	13.16
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
1	Запеканка из творога	100	17.76	12.10	18.37	253.00	0.24
2	Молоко сгущенное	10	0.72	0.85	5.55	31.74	0.10
3	Чай с сахаром	180	0.05	0.01	9.46	40.00	0.02
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
Итого полдник:		310	20.12	13.16	43.06	372.04	0.36
Итого завтрак, обед, полдник:			48.38	37.71	204.55	1,354.44	17.78
ИТОГО стоимость комплекса: 196,6 руб.							

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка под

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка под

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: второй Неделя: первая

Комплекс для детей 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
1	Каша вязкая овсяная "Геркулес" молочная	200	5.06	7.10	31.56	210.00	0.00
2	Чай с молоком или сливками	180	2.67	2.34	14.31	89.00	0.03
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00
4	Сыр (порциями)	8	2.10	2.13	0.00	27.20	0.06
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Напиток из плодов шиповника	100	0.34	0.14	9.49	40.67	30.00
Итого завтрак:		508	11.71	12.31	66.02	420.77	30.09
ОБЕД							
1	Салат из свеклы отварной	50	0.71	3.05	4.18	47.00	4.75
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	180	7.04	2.28	13.94	111.46	6.25
3	Котлеты рубленые из птицы	70	11.00	11.30	11.64	191.33	0.60
4	Рагу из овощей	130	1.94	3.49	8.80	75.12	12.42
5	Компот из яблок	180	0.14	0.14	21.49	86.40	1.55
6	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
7	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00
Итого обед:		670	25.06	20.94	83.09	627.94	25.57
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
1	Биточки рыбные "Сказка"	50	7.74	2.94	5.80	78.13	2.00
2	Соус сметанный	20	0.30	1.00	1.17	14.80	0.00
3	Рис отварной	110	2.70	3.90	26.90	154.00	0.00
4	Чай с лимоном	180/7	0.12	0.02	10.20	41.00	2.83
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
Итого полдник:		387	12.45	8.06	53.75	335.23	4.83
Итого завтрак, обед, полдник:			49.22	41.31	202.86	1,383.94	60.49

ИТОГО стоимость комплекса: 196,6 руб.

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подп

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подп

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: третий Неделя: первая

Комплекс для детей 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
1	Каша манная молочная вязкая	200	4.24	4.94	34.80	201.20	0.00
2	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107.00	1.43
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00
4	Масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	0.00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Яблоко	1 шт	0.40	0.40	9.80	44.00	10.00
Итого завтрак:		508	9.91	14.93	71.18	458.90	11.43
ОБЕД							
1	Икра кабачковая (заводская)	50	0.33	5.23	2.97	68.17	2.80
2	Агырчишyd	180	3.78	2.16	10.26	75.60	11.43
3	Котлеты, биточки, шницели рыбные	70	6.83	3.81	24.80	99.75	0.37
4	Пюре картофельное	130	2.65	4.16	17.72	119.60	15.74
5	Компот из кураги	180	0.40	0.01	24.98	102.60	0.36
6	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
7	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00
Итого обед:		670	18.22	16.05	103.77	582.35	30.70
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
1	Винегрет овощной	50	0.68	3.08	4.22	47.40	5.12
2	"Гребешок" из дрожжевого теста	75	6.88	10.60	37.70	273.75	0.20
3	Напиток из сока	180	0.22	0.04	12.40	48.80	2.55
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
Итого полдник:		325	9.37	13.92	64.00	417.25	7.87
Итого завтрак, обед, полдник:			37.50	44.90	238.95	1,458.50	50.00
ИТОГО стоимость комплекса: 196,6 руб.							

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подп

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подп

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: четвертый Неделя: первая

Комплекс для детей 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
1	Каша вязкая ячневая молочная	200	4.12	5.06	32.66	192.50	0.00
2	Молоко кипяченое	180	5.48	4.88	9.07	102.00	2.46
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00
4	Джем/повидло	10	0.05	0.00	6.61	25.30	0.09
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Напиток из свежих ягод	100	0.05	0.02	10.50	37.98	0.55
Итого завтрак:		510	11.24	10.56	69.50	411.68	3.10
ОБЕД							
1	Суп картофельный с рыбой	180/10	5.83	4.48	16.64	120.50	9.20
2	Фрикадельки мясные	60	9.78	9.85	8.96	164.00	0.53
3	Макаронные изделия отварные с маслом	130	9.84	6.00	47.20	282.10	0.00
4	Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.01	24.98	102.60	0.36
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
6	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00
Итого обед:		620	30.08	21.02	120.82	785.83	10.09
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
1	Запеканка морковная	105	3.29	7.77	19.59	161.00	2.18
2	Молоко сгущенное	10	0.72	0.85	5.55	31.74	0.10
3	Чай с сахаром	180	0.05	0.01	9.46	40.00	0.02
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
Итого полдник:		315	5.65	8.83	44.28	280.04	2.30
Итого завтрак, обед, полдник:			46.97	40.41	234.60	1,477.55	15.49

ИТОГО стоимость комплекса: 196,6 руб.

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подп

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подп

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: пятый Неделя: первая

Комплекс для детей 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
1	Каша "Дружба"	200	6.21	7.73	27.71	201.00	1.95
2	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91.00	1.17
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00
4	Сыр (порциями)	8	2.10	2.13	0.00	27.20	0.06
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Напиток из плодов шиповника	100	0.34	0.14	9.49	40.67	30.00
Итого завтрак:		508	13.04	13.01	62.22	413.77	33.18
ОБЕД							
1	Борщ со сметаной на мясном бульоне	180/5	3.35	4.81	10.60	99.10	8.34
2	Запеканка картофельная с мясом	180/5	13.60	10.60	28.80	265.75	4.25
3	Компот из изюма	180	0.14	0.14	21.49	86.40	1.55
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
5	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00
Итого обед:		610	21.32	16.23	83.93	567.88	14.14
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
1	Омлет с зеленым горошком	130	8.60	11.31	4.80	153.20	3.30
2	Чай с лимоном	180/7	0.12	0.02	10.20	41.00	2.83
3	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
Итого полдник:		337	10.31	11.53	24.68	241.50	6.13
Итого завтрак, обед, полдник:			44.67	40.77	170.83	1,223.15	53.45

ИТОГО стоимость комплекса: 196,6 руб.

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подп

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подп

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: первый Неделя: вторая

Комплекс для детей 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
1	Каша пшеничная молочная жидкая	200	5.48	5.72	33.60	205.20	0.52
2	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107.00	1.43
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00
4	Масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	0.00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0.75	0.00	15.15	64.00	3.00
Итого завтрак:		508	11.50	15.31	75.33	482.90	4.95
ОБЕД							
1	Суп картофельный с крупой	180	1.60	2.05	10.30	65.90	5.94
2	Котлеты домашние	60	8.29	13.16	10.25	150.00	0.06
3	Капуста тушеная	130	2.69	4.21	12.30	97.50	22.30
4	Компот из кураги	180	0.40	0.01	24.98	102.60	0.36
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
6	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00
Итого обед:		610	17.21	20.11	80.87	532.63	28.66
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
1	Салат из отварных овощей	50	0.92	2.57	5.73	48.36	6.86
2	Ватрушка с творогом	70	9.22	5.48	29.18	202.00	0.04
3	Компот из яблок и шиповника	180	0.68	0.33	23.80	92.00	6.00
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
Итого полдник:		320	12.41	8.58	68.39	389.66	12.90
Итого завтрак, обед, полдник:			41.12	44.00	224.59	1,405.19	46.51

ИТОГО стоимость комплекса: 196,6 руб.

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подп

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подп

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: второй Неделя: вторая

Комплекс для детей 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая молочная вязкая	200	2.90	5.28	36.20	201.20	0.00
2	Чай с молоком или сливками	180	2.67	2.34	14.31	89.00	0.03
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00
4	Джем/повидло	10	0.05	0.00	6.61	25.30	0.09
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Напиток из свежих ягод	100	0.05	0.02	10.50	37.98	0.55
Итого завтрак:		510	7.21	8.24	78.28	407.38	0.67
ОБЕД							
1	Салат из соленых огурцов с луком	50	0.42	2.50	0.90	28.00	3.50
2	Суп с бобовыми	180	3.83	1.80	16.70	94.62	2.30
3	Чорыг селянка	70	12.40	3.40	2.33	89.30	0.70
4	Пюре картофельное	130	2.65	4.16	17.72	119.60	15.74
5	Компот из яблок	180	0.14	0.14	21.49	86.40	1.55
6	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
7	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00
Итого обед:		670	23.67	12.68	82.18	534.55	23.79
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
1	Суп молочный с макаранными изделиями	150	4.30	3.92	14.08	108.90	0.70
2	Компот из черноплодной рябины	180	0.00	0.00	8.80	33.45	5.22
3	Печенье	20	1.28	3.36	13.70	90.20	0.00
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
Итого полдник:		370	7.17	7.48	46.26	279.85	5.92
Итого завтрак, обед, полдник:			38.05	28.40	206.72	1,221.78	30.38
ИТОГО стоимость комплекса: 196,6 руб.							

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подп

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подп

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: третий Неделя: вторая
Комплекс для детей 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
1	Каша вязкая ячневая молочная	200	4.12	5.06	32.66	192.50	0.00
2	Чай с сахаром	180	0.05	0.01	9.46	40.00	0.02
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00
4	Сыр (порциями)	8	2.10	2.13	0.00	27.20	0.06
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Кефир	100	2.90	2.50	4.00	50.00	0.70
Итого завтрак:		508	10.71	10.30	56.78	363.60	0.78
ОБЕД							
1	Пуштыешыд на курином бульоне	180	9.18	3.13	10.46	113.43	8.89
2	Кнели куриные с рисом	70/5	14.70	12.00	4.11	183.20	0.02
3	Макаронные изделия отварные с маслом	130	9.84	6.00	47.20	282.10	0.00
4	Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.01	24.98	102.60	0.36
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
6	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00
Итого обед:		625	38.35	21.82	109.79	797.96	9.27
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
1	Запеканка из творога	100	17.76	12.10	18.37	253.00	0.24
2	Молоко сгущенное	10	0.72	0.85	5.55	31.74	0.10
3	Чай с лимоном	180/7	0.12	0.02	10.20	41.00	2.83
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
Итого полдник:		317	20.19	13.17	43.80	373.04	3.17
Итого завтрак, обед, полдник:			69.25	45.29	210.37	1,534.60	13.22

ИТОГО стоимость комплекса: 196,6 руб.

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подп

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подп

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: четвертый Неделя: вторая

Комплекс для детей 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
1	Каша пшенная вязкая на молоке	200	5.34	6.06	36.64	222.60	0.00
2	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91.00	1.17
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00
4	Масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	0.00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Напиток лимонный	100	0.09	0.01	12.10	46.50	18.00
Итого завтрак:		508	9.88	14.88	73.86	466.80	19.17
ОБЕД							
1	Рассольник ленинградский	180	1.50	3.70	12.00	87.00	5.40
2	Котлеты, биточки (особые)	60	7.48	7.11	8.24	126.00	0.06
3	Картофель отварной	130	2.50	3.74	20.00	123.50	18.20
4	Компот из изюма	180	0.14	0.14	21.49	86.40	1.55
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
6	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00
Итого обед:		610	15.85	15.37	84.77	539.53	25.21
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
1	Салат из квашеной капусты с луком	50	0.85	2.50	4.23	42.85	9.90
2	Каша гречневая вязкая	130	3.99	4.40	17.80	126.10	0.00
3	Напиток из сока	180	0.22	0.04	12.40	48.80	2.55
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
Итого полдник:		380	6.65	7.14	44.11	265.05	12.45
Итого завтрак, обед, полдник:			32.38	37.39	202.74	1,271.38	56.83

ИТОГО стоимость комплекса: 196,6 руб.

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подп

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подп

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: пятый Неделя: вторая

Комплекс для детей 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
1	Каша манная молочная вязкая	200	4.24	4.94	34.80	201.20	0.00
2	Чай с молоком или сливками	180	2.67	2.34	14.31	89.00	0.03
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00
4	Джем/повидло	10	0.05	0.00	6.61	25.30	0.09
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Яблоки	1 шт	0.40	0.40	9.80	44.00	10.00
Итого завтрак:		510	8.90	8.28	76.18	413.40	10.12
ОБЕД							
1	Суп из овощей со сметаной	180/7	1.90	4.20	9.63	94.76	4.40
2	Тефтели мясные	60	8.87	9.93	11.71	171.00	0.65
3	Гороховое пюре	130	11.25	5.66	28.91	210.48	0.00
4	Компот из кураги	180	0.40	0.01	24.98	102.60	0.36
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
6	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00
Итого обед:		617	26.65	20.48	98.27	695.47	5.41
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
1	Икра свекольная	50	1.20	2.30	6.20	50.05	3.36
2	Булочка Российская	70	4.90	5.60	38.80	225.20	0.01
3	Компот из черноплодной рябины	180	0.00	0.00	8.80	33.45	5.22
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00
Итого полдник:		320	7.69	8.10	63.48	356.00	8.59
Итого завтрак, обед, полдник:			43.24	36.86	237.93	1,464.87	24.12

ИТОГО стоимость комплекса: 196,6 руб.

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подп

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подп

№ рец.
106/20
264
317
313
268
56
181
209/1
253
310
311
149
316
261
310

тиси)

тиси)

№ рец.
106/25
263
317
6
267
34
64/1
202
87
251/1
310
311
168
241
210
262
310

тиси)

тиси)

№ реч.
106/26
266
317
5
248
45Т
59
163
216
253/4
310
311
8
285
160Т
310

тиси)

тиси)

№ рец.
106/23
269
317
313
335/1
61/1
189
124
253
310
311
98
316
261
310

тиси)

тиси)

№ реч.
107
264
317
6
267
52/4
193
253/6
310
311
132
262
310

тиси)

тиси)

№ рец.
111/6
266
317
5
268
62
611
228
253/4
310
311
ТТК
283/1
251/9
310

тиси)

тиси)

№ рец.
106/21
263
317
313
335/1
29
138
159
216
251/1
310
311
68
1/10
309
310

тиси)

тиси)

№ реч.
106/23
261
317
6
270
63
207
124
253
310
311
149
316
262
310

тиси)

тиси)

№ рец.
106/20
264
317
5
156
60/1
609
213
253/6
310
311
18
209/1
160T
310

тиси)

тиси)

№ рец.
106/26
263
317
313
248
56-08
187
120
253/4
310
311
47
294
1/10
310

тиси)

тиси)