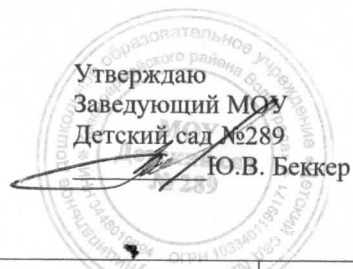


# ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

11 день 20-ти дневного меню

«    » \_\_\_\_\_ 2025г.



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	
Завтрак:	Суп молочный с крупой рисовой	180	4,3	4,4	15,0	131,6
	Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,2	15,4	92,9
	Бутерброд с маслом	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7
2 Завтрак:	Яблоко, фаршированное изюмом	110	0,7	0,5	31,9	137,0
Обед:	Помидор соленый	50	0,6	0,0	1,2	6,8
	Суп картофельный на мясо-костном бульоне	180	2,4	2,1	13,9	85,7
	Макаронник с мясом	150	14,8	7,6	31,5	272,7
	Соус томатный	30	0,4	1,4	2,0	24,5
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Уплотненный полдник:	Икра свекольная	50	1,1	2,4	5,6	49,9
	Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным с томатом	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4
	Пюре картофельное	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	Хлеб пшеничный	35	2,7	0,2	17,6	82,9
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			58,2	51,0	284,4	1878,4

Воспитатель \_\_\_\_\_

# ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

12 день 20-ти дневного меню

«    » \_\_\_\_\_ 2025г.



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	
Завтрак:	Каша жидкая манная	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	Яйца вареные	64	5,5	5,0	0,3	68,6
	Молоко кипяченое	180	5,0	4,4	8,3	94,3
	Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
2 Завтрак:	Яблоко	110	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед:	Салат из свеклы	60	0,8	3,5	4,9	54,6
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне со сметаной	200/10	1,7	5,5	7,5	92,3
	Котлета	80	13,3	13,4	12,6	226,5
	Каша рассыпчатая гречневая с овощами	150	8,1	5,6	36,9	234,4
	Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,4	114,0
	Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Уплотненный полдник:	Пудинг из творога с соусом молочным сладким с ванилью	150/50	24,2	17,8	40,3
	Снежок	200	5,6	4,9	7,8	102,8
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4
Всего за день:			81,0	68,3	258,9	2008,8

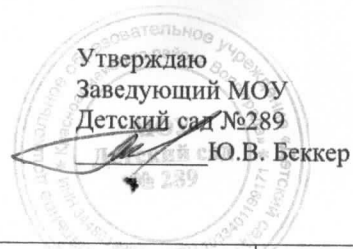
Воспитатель \_\_\_\_\_

# ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

13 день 20-ти дневного меню

«    » \_\_\_\_\_ 20252.



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	180	8,3	4,2	35,7	213,4
	Чай с молоком	180	2,7	2,3	14,0	87,6
	Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
2 Завтрак:	Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед:	Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	Суп с макаронными изделиями на мясо-костном бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	Тефтели с соусом	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	Капуста тушеная	130	2,9	4,9	12,5	106,9
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Уплотненный полдник:	Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1
	Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,9	4,1	23,8	148,3
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Булочка осенняя	50	3,5	5,3	26,8	169,1
Всего за день:			57,3	44,4	267,3	1820,0

# ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

14 день 20-ти дневного меню

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025 г.

Утверждаю  
Заведующий МОУ  
Детский сад №289  
Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
2 Завтрак:	Сок яблочно-абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед:	Помидоры соленые	50	0,6	0,0	1,2	6,8
	Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне	180	2,0	3,7	8,8	78,5
	Голубцы ленивые	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Фрикадельки в соусе	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			61,9	62,7	217,6	1818,7

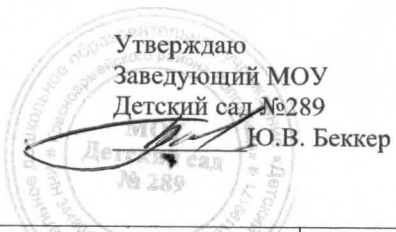
Воспитатель \_\_\_\_\_

# ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

15 день 20-ти дневного меню

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024г.



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Суп молочный с крупой гречневой	180	5,3	4,8	15,1	125,3
	Сыр	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
2 Завтрак:	Апельсин	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед:	Икра кабачковая	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Суп с крупой на к/б	180	2,2	1,9	12,9	78,0
	Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Котлеты	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	Рагу овощное	150	2,8	5,9	14,9	134,6
	Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	Хлеб пеклеванный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Всего за день:			68,4	71,6	221,0	1829,8

Воспитатель \_\_\_\_\_