

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1

МБ ДОУ Починковский детский сад № 1

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Починковский
детским садом № 1



Ежедневное меню основного питания
на 12 декабря 2026 г.

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Каша манная молочная со сливочным маслом	150	141,00	20,4%
	2. Чай сладкий	150	33,00	
	3. Печенье	30	125,1	
Итого на завтрак		330	299,10	
Второй завтрак	1. Фрукты - груши	150	46,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	46,00	
Обед	1. Щи из свежей капусты с картофелем и рыбными консервами	150	61,00	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Печень по Строгоновски	60	123,60	
	3. Рис отварной	100	140,00	
	4. Компот из сухофруктов	150	84,75	
Итого на обед		490	461,55	
Полдник	1. Кефир	150	75,00	15,5%
	2. Гренки с сыром	35	164,00	
Итого на полдник		185	239,00	
Итого на один день		1155	1045,65	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1
МБ ДОУ Починковский детский сад № 1



Ежедневное меню основного питания
на 13 января 2026 г.

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Запеканка из творога со сгущенным молоком	140	475,30	20,4%
	2. Кофейный напиток с молоком	150	76,00	
	Батон	20	52,40	
	3. со сливочным маслом	5	33,00	
Итого на завтрак		315	636,70	
Второй завтрак	1. Сок фруктовый	150	76,00	5,4%
	Итого на второй завтрак	150	76,00	
Обед	1. Суп картофельный с бабовыми на мясном бульоне	150	81,00	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Запеканка картофельная с мясом	125	177,00	
	3. Салат из консервированной кукурузы	40	39,72	
	4. Напиток лимонный	150	72,00	
Итого на обед		495	421,92	
Полдник	1. Компот клюквенный	150	54,94	15,5%
	2. Батон с повидлом	25	87,00	
Итого на полдник		175	141,94	
Итого на один день		1135	1276,56	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1

МБ ДОУ Починковский детский сад № 1

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Починковский
детский садом № 1
И.А. Пимова



Ежедневное меню основного питания
на 14 января 2026 г.

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прим пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергитическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Каша "Дружба" вязкая со сливочным маслом	150	169,00	20,4%
	2. Какао с молоком	150	89,00	
	Батон	20	52,40	
	3. Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		330	346,40	
Второй завтрак	1. Фрукты - бананы	150	95,00	5,4%
	Итого на второй завтрак		150	95,00
Обед	1. Суп крестьянский с крупой	150	84,35	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	Курица тушёная	60	221,00	
	со сметанным соусом	30	22,20	
	3. Гречка	150	162,00	
Итого на обед		570	626,50	
Полдник	1. Йогурт	110	56,50	15,5%
	2. Оладьи со сгущенным молоком	50	118,00	
Итого на полдник		160	174,50	
Итого на один день		1210	1242,40	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1
МБ ДОУ Починковский детский сад № 1

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ Починковским
детским садом № 1
Починкова
детский сад № 1

Ежедневное меню основного питания
на 15 января 2026 г.

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	Омлет со сливочным маслом	85	157,00	20,4%
	1. Кабачковая икра	30	28,00	
	2. Кофейный напиток с молоком	150	76,00	
	3. Батон	20	52,40	
	со сливочным маслом	5	33,00	
Итого на завтрак		290	346,40	
Второй завтрак	1. Сок фруктовый	150	76,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	76,00	
Обед	Суп молочный с овощами и яйцом	150	100,00	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Котлета мясная	60	173,00	
	3. Макароны отварные	150	168,00	
	4. Чай с лимоном сладкий	150	29,00	
Итого на обед		540	522,20	
Полдник	1. Кисель фруктовый	150	87,14	15,5%
	2. Винегрет овощной	40	170,60	
	3. Батон	30	70,50	
Итого на полдник		220	328,24	
Итого на один день		1200	1272,84	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1
МБ ДОУ Починковский детский сад № 1

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Починковский детский сад № 1



Ежедневное меню основного питания
на 16 января 2026 г.

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Каша вязкая рисовая со сливочным маслом	150	133,00	20,4%
	2. Какао с молоком	150	89,00	
	Батон	20	52,40	
	3. Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		330	310,40	
Второй завтрак	1. Фрукты - яблоко	150	44,00	5,4%
	Итого на второй завтрак		150	44,00
Обед	1. Борщ с капустой, картофелем и мясом со сметаной	150	73,80	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Рыба тушеная с овощами	60	61,00	
	3. Картофельное пюре	100	92,00	
	4. Компот из черной смородины	40	7,98	
Итого на обед		530	341,92	
Полдник	1. Кефир	150	75,00	15,5%
	2. Сдоба обыкновенная	50	141,00	
	3. Конфеты	20	72,80	
Итого на полдник		220	288,80	
Итого на один день		1230	985,12	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад №1
МБ ДОУ Починковский детский сад №1

Ежедневное меню основного питания
на 19 января 2026г.

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Каша вязкая гречневая	150	193,50	20,4%
	2. Чай сладкий	150	33,00	
	3. Пряник	20	173,2	
Итого на завтрак		320	399,70	
Второй завтрак	1. Сок фруктовый	150	76,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	76,00	
Обед	1. Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной	150	61,00	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Картофельная запеканка с печеню	150	180,00	
	3. Солёный томат	40	9,20	
Итого на обед		520	400,40	
Полдник	1. Йогурт	110	56,50	15,5%
	2. Булочка молочная	50	132,00	
Итого на полдник		160	188,50	
Итого на один день		1150	1064,60	75,7%



АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1

МБ ДОУ Починковский детский сад № 1



**Ежедневное меню основного питания
на 20 января 2026г.**

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Запеканка из творога со сгущенным молоком	140	343,27	20,4%
	2. Кофейный напиток с молоком	150	76,00	
	3. Батон	20	52,40	
	со сливочным маслом	5	33,00	
Итого на завтрак		315	504,67	
Второй завтрак	1. Фрукты - яблоки	150	44,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	44,00	
Обед	1. Суп картофельный с крупой и рыбой	150	66,00	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Ленивые голубцы	120	171,22	
	Сметанный соус	30	22,20	
	3. Салат из зеленого горошка консервированного	30	24,30	
	4. Компот из сухофруктов	150	84,75	
Итого на обед		510	420,67	
Полдник	1. Кисель фруктовый	150	84,14	15,5%
	2. Гренки с сыром	35	164,00	
Итого на полдник		185	248,14	
Итого на один день		1160	1217,48	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1
МБ ДОУ Починковский детский сад № 1



Ежедневное меню основного питания
на 21 января 2026 г.

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Каша вязкая пшениная со сливочным маслом	150	126,00	20,4%
	2. Какао с молоком	150	89,00	
	3. Батон	20	52,40	
	Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		330	303,40	
Второй завтрак	1. Сок фруктовый	150	76,00	5,4%
	Итого на второй завтрак		150	76,00
Обед	1. Суп картофельный с клецками с мясом птицы	150	139,60	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Курица тушеная	60	221,00	
	со сметанным соусом	30	22,20	
	3. Отварные макароны	100	112,00	
	4. Компот из черной смородины	150	54,94	
Итого на обед		520	601,94	
Полдник	1. Кефир	150	75,00	15,5%
	2. Вафли	25	106,20	
Итого на полдник		175	181,20	
Итого на один день		1175	1162,54	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1

МБ ДОУ Починковский детский сад № 1

Утверждено
Заведующий МБ ДОУ Починковский
детский сад № 1



Ежедневное меню основного питания
на 22 января 2026 г.

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Омлет со сливочным маслом	85	157,00	20,4%
	Кабачковая икра	30	28,00	
	2. Кофейный напиток с молоком	150	76,00	
	3. Батон	20	52,40	
	со сливочным маслом	5	33,00	
Итого на завтрак		290	346,40	
Второй завтрак	1. Фрукты - бананы	150	95,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	95,00	
Обед	1. Борщ с капустой, картофелем и мясом	150	73,80	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Рыбное суфле	60	61,00	
	3. Картофельное пюре	100	92,00	
	4. Компот из сухофруктов	150	84,75	
Итого на обед		490	363,75	
Полдник	1. Компот клюквенный	150	54,94	15,5%
	2. Батон с повидлом	25	87,00	
Итого на полдник		175	141,94	
Итого на один день		1105	947,09	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1
МБ ДОУ Починковский детский сад № 1



Ежедневное меню основного питания
на 23 января 2026 г.

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергитическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Вермишель молочная	150	107,35	20,4%
	2. Какао с молоком	150	89,00	
	3. Батон	20	52,40	
	Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		330	284,75	
Второй завтрак	1. Сок фруктовый	150	76,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	76,00	
Обед	1. Рассольник Ленинградский со сметаной	150	97,40	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Плов с мясом	150	164,00	
	3. Соленые огурцы	40	32,51	
	4. Компот из апельсинов	150	97,95	
Итого на обед		520	444,06	
Полдник	1. Кефир	150	75,00	15,5%
	2. Оладьи со сгущенным молоком	50	118,00	
Итого на полдник		200	193,00	
Итого на один день		1200	997,81	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1

МБ ДОУ Починковский детский сад № 1



**Ежедневное меню основного питания
на 26 января 2026 г.**

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Каша манная молочная со сливочным маслом	150	141,00	20,4%
	2. Чай сладкий	150	33,00	
	3. Печенье	30	125,1	
Итого на завтрак		330	299,10	
Второй завтрак	1. Фрукты - груши	150	46,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	46,00	
Обед	1. Щи из свежей капусты с картофелем и рыбными консервами	150	61,00	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Печень по Строгоновски	60	123,60	
	3. Рис отварной	100	140,00	
Итого на обед		490	461,55	
Полдник	1. Кефир	150	75,00	15,5%
	2. Гренки с сыром	35	164,00	
Итого на полдник		185	239,00	
Итого на один день		1155	1045,65	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1

МБ ДОУ Починковский детский сад № 1

Заведующий МБ ДОУ Починковский

детским садом № 1

МБ ДОУ А. Панова

Починковский

детский

сад № 1

Ежедневное меню основного питания
на 27 января 2026 г.

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Запеканка из творога со сгущенным молоком	140	475,30	20,4%
	2. Кофейный напиток с молоком	150	76,00	
	Батон	20	52,40	
	3. со сливочным маслом	5	33,00	
Итого на завтрак		315	636,70	
Второй завтрак	1. Сок фруктовый	150	76,00	5,4%
	Итого на второй завтрак	150	76,00	
Обед	1. Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	150	81,00	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Запеканка картофельная с мясом	125	177,00	
	3. Салат из консервированной кукурузы	40	39,72	
	4. Напиток лимонный	150	72,00	
Итого на обед		495	421,92	
Полдник	1. Компот клюквенный	150	54,94	15,5%
	2. Батон с повидлом	25	87,00	
Итого на полдник		175	141,94	
Итого на один день		1135	1276,56	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1

МБ ДОУ Починковский детский сад № 1

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Починковским
детским садом № 1
Н.А. Панова
2026 г.



**Ежедневное меню основного питания
на 28 января 2026 г.**

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Каша "Дружба" вязкая со сливочным маслом	150	169,00	20,4%
	2. Какао с молоком	150	89,00	
	3. Батон	20	52,40	
	Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		330	346,40	
Второй завтрак	1. Фрукты - бананы	150	95,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	95,00	
Обед	1. Суп крестьянский с крупой	150	84,35	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Курица тушёная	60	221,00	
	со сметанным соусом	30	22,20	
	3. Гречка	150	162,00	
	4. Компот из сухофруктов	150	84,75	
Итого на обед		570	626,50	
Полдник	1. Йогурт	110	56,50	15,5%
	2. Оладьи со сгущенным молоком	50	118,00	
Итого на полдник		160	174,50	
Итого на один день		1210	1242,40	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1

МБ ДОУ Починковский детский сад № 1

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Починковский детский сад № 1



Ежедневное меню основного питания
на 29 января 2026 г.

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Омлет со сливочным маслом	85	157,00	20,4%
	Кабачковая икра	30	28,00	
	2. Кофейный напиток с молоком	150	76,00	
	3. Батон	20	52,40	
	со сливочным маслом	5	33,00	
Итого на завтрак		290	346,40	
Второй завтрак	1. Сок фруктовый	150	76,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	76,00	
Обед	1. Суп молочный с овощами и яйцом	150	100,00	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Котлета мясная	60	173,00	
	3. Макароны отварные	150	168,00	
	4. Чай с лимоном сладкий	150	29,00	
Итого на обед		540	522,20	
Полдник	1. Кисель фруктовый	150	87,14	15,5%
	2. Винегрет овощной	40	170,60	
	3. Батон	30	70,50	
Итого на полдник		220	328,24	
Итого на один день		1200	1272,84	75,7%

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 1

МБ ДОУ Починковский детский сад № 1

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ Починковским
детским садом № 1
И.А. Пайова



**Ежедневное меню основного питания
на 30 января 2026 г.**

Возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергитическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Каша вязкая рисовая со сливочным маслом	150	133,00	20,4%
	2. Какао с молоком	150	89,00	
	Батон	20	52,40	
	3. Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		330	310,40	
Второй завтрак	1. Фрукты - яблоко	150	44,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	44,00	
Обед	1. Борщ с капустой, картофелем и мясом со сметаной	150	73,80	34,4%
	Хлеб ржаной	30	52,20	
	2. Рыба тушёная с овощами	60	61,00	
	3. Картофельное пюре	100	92,00	
	свежий (солёный) томат	40	7,98	
4. Компот из черной смородины		150	54,94	
Итого на обед		530	341,92	
Полдник	1. Кефир	150	75,00	15,5%
	2. Сдоба обыкновенная	50	141,00	
	3. Конфеты	20	72,80	
Итого на полдник		220	288,80	
Итого на один день		1230	985,12	75,7%