

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 2026г.**

Возрастная категория: 3 -7 лет

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	40		
	3. Батон	180	101,00	
	4. Сливочное масло	20	52,40	
	5. Сливочное масло	5	33,00	
Итого на завтрак		385	661,70	
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	180	135,00	34,4%
	2. Хлеб ржаной	40	69,90	
	3. Запеканка картофельная с мясом	150	117,00	
	4. Салат из консервированной кукурузы	60	59,50	
	5. Напиток лимонный	180	96,00	
Итого на обед		610	477,40	
Полдник	1. Компот клюквенный	180	65,93	15,5%
	2. Батон с повидлом	35	108,00	
Итого на полдник		215	173,93	
Итого на один день		1360	1389,03	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 14 января 2026г.

Возрастная категория: 3 -7 лет

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	180	213,00	20,4%
	2. Какао с молоком	180	107,00	
	Батон	20	52,40	
	3. Сыр	10	36,00	
	Итого на завтрак	390	408,40	
Второй завтрак	1. Фрукты - бананы	150	95,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	95,00	
Обед	1. Суп крестьянский с крупой	180	140,58	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Курица тушёна	80	225,00	
	Сметанный соус	30	22,20	
	3. Гречка	150	162,00	
	4. Компот из сухофруктов	180	113,00	
Итого на обед		660	732,68	
Полдник	1. Йогурт	110	56,50	15,5%
	2. Оладьи со сгущенным молоком	60	141,00	
Итого на полдник		170	197,50	
Итого на один день		1370	1433,58	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. Панова
2026 г.



**Ежедневное меню основного питания
на 15 января 2026г.**

Возрастная категория: 3 -7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергитическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Омлет со сливочным маслом	105	200,00	20,4%
	Кабачковая икра	40	48,80	
	2. Кофейный напиток с молоком	180	101,00	
	3. Батон	20	52,40	
	Сливочное масло	5	33,00	
Итого на завтрак		350	435,20	
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	180	126,00	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Котлета мясная	60	173,00	
	3. Макароны отварные	150	168,00	
	4. Чай с лимоном сладкий	180	41,00	
Итого на обед		610	577,90	
Полдник	1. Кисель фруктовый	180	116,19	15,5%
	2. Винегрет овощной	60	56,90	
	3. Батон	40	102,80	
Итого на полдник		280	275,89	
Итого на один день		1390	1364,99	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 __16 января__ 2026г.

Возрастная категория: 3 -7 лет

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	180	177,00	20,4%
	со сливочным маслом			
	2. Какао с молоком	180	107,00	
	Батон	40	102,80	
	3. Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		410	422,80	
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	180	92,30	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Рыба тушёная с овощами	80	225,00	
	3. Картофельное пюре	100	112,00	
	4. Компот из черной смородины	180	65,93	
Итого на обед		580	565,13	
Полдник	1. Кефир	150	75,00	15,5%
	2. Сдоба обыкновенная	70	167,00	
	3. Конфеты	35	127,40	
Итого на полдник		255	369,40	
Итого на один день		1395	1401,33	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

ОПРН И.А. Павлова

2026 г.

Ежедневное меню основного питания

19 января 2026г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

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	180	204,00	20,4%
	со сливочным маслом	5		
	2. Чай сладкий	180	44,00	
	3. Пряник	40	235,9	
Итого на завтрак		405	483,90	
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	180	85,00	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Картофель тушеный с мясом	150	265,00	
	3. Солёный томат	40	9,20	
	4. Компот из апельсинов	180	138,60	
Итого на обед		590	567,70	
Полдник	1. Йогурт	110	56,50	15,5%
	2. Булочка молочная	70	211,00	
Итого на полдник		180	267,50	
Итого на один день		1325	1395,10	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
20 января 2026г.

Возрастная категория: 3 -7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергитическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Запеканка из творога	140	475,30	20,4%
	со сгущенным молоком	40		
	2. Кофейный напиток с молоком	180	101,00	
	3. Батон	20	52,40	
	Сливочное масло	5	33,00	
Итого на завтрак		385	661,70	
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	180	80,00	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Ленивые голубцы	160	228,29	
	Сметанный соус	30	22,20	
	3. Салат из зеленого горошка консервированного	40	33,00	
	4. Компот из сухофруктов	180	113,00	
Итого на обед		630	546,39	
Полдник	1. Кисель фруктовый	180	116,19	15,5%
	2. Гренки с сыром	50	233,70	
Итого на полдник		230	349,89	
Итого на один день		1395	1601,98	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. Панова



Ежедневное меню основного питания
21 января 2026г.

Возрастная категория: 3 -7 лет

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 пшённая со сливочным маслом	180	200,00	20,4%
	2. Какао с молоком	180	107,00	
	3. Батон	40	102,80	
	Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		410	445,80	
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	180	196,80	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Курица тушёная	80	225,00	
	со сметанным соусом	30	22,20	
	3. Отварные макароны	100	112,00	
Итого на обед	4. Компот из чёрной смородины	180	65,93	
			610	691,83
Полдник	1. Кефир	150	75,00	15,5%
	2. Вафли	50	117,00	
Итого на полдник		200	192,00	
Итого на один день		1370	1405,63	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. Павлова
2026г.

Ежедневное меню основного питания
22 января 2026г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

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	105	200,00	20,4%
	Кабачковая икра	40	48,80	
	2. Кофейный напиток с молоком	180	101,00	
	Батон	40	102,80	
	3. Сливочное масло	5	33,00	
Итого на завтрак		370	485,60	
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	180	92,30	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Рыба тушёная с овощами	80	225,00	
	3. Картофельное пюре	100	112,00	
	4. Компот из сухофруктов	180	113,00	
Итого на обед		580	612,20	
Полдник	1. Компот клюквенный	180	65,93	15,5%
	2. Батон с повидлом	35	108,00	
Итого на полдник		215	173,93	
Итого на один день		1315	1366,73	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. Панова



Ежедневное меню основного питания
на 23 января 2026г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций	Энергетическая ценность	Доля суточной потребности в пищевых
Завтрак	1. Вермишель молочная	180	158,90	20,4%
	2. Какао с молоком	180	107,00	
	3. Батон	40	102,80	
	Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		410	404,70	
Второй завтрак	1. Сок фруктовый	150	76,00	5,4%
	Итого на второй завтрак		150	76,00
Обед	1. Рассольник Ленинградский со сметаной	180	121,80	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Плов с мясом	180	259,00	
	3. Солёные огурцы	60	48,80	
	4. Компот из апельсинов	180	138,60	
Итого на обед		640	638,10	
Полдник	1. Кефир	150	75,00	15,5%
	2. Оладьи со сгущенным молоком	60	141,00	
Итого на полдник		210	216,00	
Итого на один день		1410	1334,80	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



Ежедневное меню основного питания
на 26 января 2026г.

Возрастная категория: 3 -7 лет

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	180	177,00	20,4%
	2. Чай сладкий	180	44,00	
	3. Печенье	45	208,5	
Итого на завтрак		405	429,50	
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	180	76,30	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Гуляш с мясом	60	164,80	
	3. Рис отварной	150	210,00	
	4. Компот из сухофруктов	180	113,00	
Итого на обед		610	634,00	
Полдник	1. Кефир	150	75,00	15,5%
	2. Гренки с сыром	50	233,70	
Итого на полдник		200	308,70	
Итого на один день		1365	1418,20	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 27 января 2026г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

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	40		
	3. Батон	180	101,00	
	4. Сливочное масло	20	52,40	
	5. Сливочное масло	5	33,00	
Итого на завтрак		385	661,70	
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	180	135,00	34,4%
	2. Хлеб ржаной	40	69,90	
	3. Запеканка картофельная с мясом	150	117,00	
	4. Салат из консервированной кукурузы	60	59,50	
	5. Напиток лимонный	180	96,00	
Итого на обед		610	477,40	
Полдник	1. Компот клюквенный	180	65,93	15,5%
	2. Батон с повидлом	35	108,00	
Итого на полдник		215	173,93	
Итого на один день		1360	1389,03	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



Ежедневное меню основного питания
на 28 января 2026г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

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 "Дружба" вязкая со сливочным маслом	180	213,00	20,4%
	2. Какао с молоком	180	107,00	
	Батон	20	52,40	
	3. Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		390	408,40	
Второй завтрак	1. Фрукты - бананы	150	95,00	5,4%
Итого на второй завтрак		150	95,00	
Обед	1. Суп крестьянский с крупой	180	140,58	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Курица тушёна	80	225,00	
	Сметанный соус	30	22,20	
	3. Гречка	150	162,00	
	4. Компот из сухофруктов	180	113,00	
Итого на обед		660	732,68	
Полдник	1. Йогурт	110	56,50	15,5%
	2. Оладьи со сгущенным молоко	60	141,00	
Итого на полдник		170	197,50	
Итого на один день		1370	1433,58	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 29 января 2026г.

Возрастная категория: 3 -7 лет

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	105	200,00	20,4%
	2. Кабачковая икра	40	48,80	
	3. Кофейный напиток с молоком	180	101,00	
	Батон	20	52,40	
	Сливочное масло	5	33,00	
Итого на завтрак		350	435,20	
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	180	126,00	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Котлета мясная	60	173,00	
	3. Макароны отварные	150	168,00	
	4. Чай с лимоном сладкий	180	41,00	
Итого на обед		610	577,90	
Полдник	1. Кисель фруктовый	180	116,19	15,5%
	2. Винегрет овощной	60	56,90	
	3. Батон	40	102,80	
Итого на полдник		280	275,89	
Итого на один день		1390	1364,99	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 30 января 2026г.

Возрастная категория: 3 -7 лет

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	180	177,00	20,4%
	со сливочным маслом			
	2. Какао с молоком	180	107,00	
	Батон	40	102,80	
	3. Сыр	10	36,00	
Итого на завтрак		410	422,80	
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	180	92,30	34,4%
	Хлеб ржаной	40	69,90	
	2. Рыба тушёная с овощами	80	225,00	
	3. Картофельное пюре	100	112,00	
	4. Компот из черной смородины	180	65,93	
Итого на обед		580	565,13	
Полдник	1. Кефир	150	75,00	15,5%
	2. Сдоба обыкновенная	70	167,00	
	3. Конфеты	35	127,40	
Итого на полдник		255	369,40	
Итого на один день		1395	1401,33	75,7%