СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

_____

_____

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		САД	
	Завтрак		
113	Суп молочный с крупой рисовой	200	193,81
13	Масло (порциями)	10	74,8
	Печенье (в ассортименте)	20	62,55
430	Чай с сахаром	200	36,04
	Итого за завтрак	**430**	**367,2**
	Второй завтрак		
	Яблоко (Желтое, Красное)	100	82,8
	Итого за второй завтрак	**100**	**82,8**
	Обед		
45	Салат из свеклы с морковью	50	23,8
81	Суп картофельный с бобовыми	200	76,63
199	Мясной соус " Балоньезе "	100	194,97
331	Макаронные изделия отварные с маслом	130	164,56
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	40	81,58
402	Компот из смеси сухофруктов	200	34,83
	Итого за обед	**740**	**623,73**
	Уплотненный полдник		
264	Фрикадельки рыбные запеченные	70	271,79
184	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	130	134,01
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
433	Какао с молоком	180	93,14
	Итого за уплотненный полдник	**400**	**546,3**
	Итого за день:		**1620,03**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		САД	
	Завтрак		
184	Каша гречневая с маслом и сахаром	200	179,55
2	Бутерброд с джемом или повидлом	30/20	134,5
432	Кофейный напиток	200	39,8
	Итого за завтрак	**450**	**353,85**
	Второй завтрак		
399	Сок фруктовый	100	49,49
	Пряники (в ассортименте)	20	99,2
	Итого за второй завтрак	**120**	**148,69**
	Обед		
41	Салат витаминный	50	33,16
75	Суп рисовый с мясом	200	147,6
256	Котлеты рыбные любительские	70	157,8
321	Пюре картофельное	130	114,01
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	40	81,58
ТК№048	Компот из свежих яблок	200	58,61
	Итого за обед	**710**	**640,12**
	Уплотненный полдник		
220	Сырники с морковью (или запеканка)	180	336,64
354	Соус сметанный (сладкий)	50	47,76
435	Кефир	180	95,4
	Итого за уплотненный полдник	**410**	**479,8**
	Итого за день:		**1622,46**

СОГЛАСОВАНО:

_____

_____

УТВЕРЖДАЮ:

_____

_____ 2026 г.

МЕНЮ на "___" _____

ДЕНЬ 3

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		САД	
	Завтрак		
190	Каша "Дружба" молочная с маслом и сахаром	200	151,5
1	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/8	142,51
395	Кофейный напиток с молоком	200	65,99
	Итого за завтрак	**438**	**360**
	Второй завтрак		
399	Сок фруктовый	100	49,49
	Итого за второй завтрак	**100**	**49,49**
	Обед		
56	Икра свекольная	50	36,65
57	Борщ с капустой и картофелем на м/б	200	65,33
276	Жаркое картофельное с мясом	180	328,37
	Хлеб пшеничный обогащеный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	40	81,58
396	Компот из яблок и сухофруктов	200	41,98
	Итого за обед	**690**	**601,27**
	Уплотненный полдник		
306	Биточки мясные со сметанным соусом	70	364,65
331	Макаронные изделия отварные с маслом	130	164,56
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
430	Чай с сахаром	180	32,55
	Итого за уплотненный полдник	**400**	**609,12**
	Итого за день:		**1619,88**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 4

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		САД	
	Завтрак		
189	Каша манная молочная с маслом и сахаром	200	246,12
3	Бутерброд с сыром	20/10	83,76
393	Чай с лимоном	200	37,32
	Итого за завтрак	**430**	**367,2**
	Второй завтрак		
	Яблоко (Желтое, Красное)	100	82,8
	Итого за второй завтрак	**100**	**82,8**
	Обед		
39	Салат из капусты с морковью	50	21,01
98	Суп картофельный с крупой на курином бульоне	200	112,13
304	Плов из птицы отварной	200	320,89
	Хлеб пшеничный обогащеный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	40	81,58
379	Кисель из сухофруктов	200	54,87
	Итого за обед	**710**	**637,84**
	Уплотненный полдник		
212	Лапшевник с творогом	150	254,49
351	Соус молочный (сладкий)	50	49,09
467	Сдоба посыпная	50	172,07
304	Чай с молоком	180	56,51
	Итого за уплотненный полдник	**430**	**532,16**
	Итого за день:		**1620**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 5

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		САД	
	Завтрак		
189	Каша "Геркулес" молочная с маслом и сахаром	200	178,66
13	Масло (порциями)	10	74,8
	Батон нарезной	30	77,7
430	Чай с сахаром	200	36,04
	Итого за завтрак	**440**	**367,2**
	Второй завтрак		
	Яблоко (Желтое, Красное)	100	82,8
	Итого за второй завтрак	**100**	**82,8**
	Обед		
135	Свекла отварная	50	20,37
66	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	200	120,42
285	Тефтели мясные (ежики)	70	204,01
184	Каша гречневая с маслом	130	123,97
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	40	81,58
402	Компот из смеси сухофруктов	200	34,83
	Итого за обед	**710**	**632,54**
	Уплотненный полдник		
213	Яйцо вареное	40	60,92
350	Рагу овощное	130	181,7
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
467	Сдоба обыкновенная	50	164,33
433	Какао с молоком	180	83,15
	Итого за уплотненный полдник	**420**	**537,46**
	Итого за день:		**1620**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 6

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		САД	
	Завтрак		
189	Каша рисовая молочная с маслом и сахаром	200	190,05
13	Масло (порциями)	10	74,8
	Печенье в ассортименте	20	62,55
432	Кофейный напиток	200	39,8
	Итого за завтрак	**430**	**367,2**
	Второй завтрак		
399	Сок фруктовый	100	49,49
	Итого за второй завтрак	**100**	**49,49**
	Обед		
37	Салат овощной	50	22,92
101	Суп с макаронными изделиями на куринном бульоне	200	108,8
305	Котлета куриная рубленная	70	219,95
184	Каша пшеничная вязкая с маслом	130	94,36
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	40	81,58
ТК№048	Компот из свежих яблок	200	58,61
	Итого за обед	**710**	**633,58**
	Уплотненный полдник		
449	Оладьи с повидлом	180/20	391,84
	Яблоко	100	82,8
435	Кефир	180	95,4
	Итого за уплотненный полдник	**480**	**570,04**
	Итого за день:		**1620,31**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 7

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		САД	
	Завтрак		
189	Каша манная молочная жидкая с маслом и сахаром	200	168,41
1	Бутерброд с маслом	20/10	122,16
	Чай с молоком	200	62,23
	Итого за завтрак	**430**	**352,8**
	Второй завтрак		
399	Сок фруктовый	100	49,49
	Итого за второй завтрак	**100**	**49,49**
	Обед		
36	Салат из свеклы с морковью	50	33,16
81	Суп гороховый с гренками	180/20	159,74
306	Голубцы ленивые	70	169,63
331	Макаронные изделия отварные с маслом	130	164,56
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	30	61,19
396	Компот из яблок и сухофруктов	200	41,59
	Итого за обед	**700**	**677,23**
	Уплотненный полдник		
184	Суп гречневый молочный с маслом и сахаром	200	261,2
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
467	Сдоба сахарная	50	172,07
395	Кофейный напиток с молоком	180	59,39
	Итого за уплотненный полдник	**450**	**540,02**
	Итого за день:		**1619,54**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 8

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		САД	
	Завтрак		
189	Каша пшеничная молочная с маслом и сахаром	200	245,92
3	Бутерброд с сыром	20/10	83,76
393	Чай с лимоном	200	37,32
	Итого за завтрак	**430**	**367**
	Второй завтрак		
	Яблоко (Желтое , Красное)	100	82,8
	Итого за второй завтрак	**100**	**82,8**
	Обед		
45	Салат витаминный	50	20,24
58	Свекольник с мясом со сметаной	200	85,73
272	Котлета по-домашнему	70	217,06
321	Пюре картофельное	130	114,01
	Хлеб пшеничный обогащеный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	40	81,58
382	Кисель из сока натурального	200	66,61
	Итого за обед	**710**	**632,59**
	Уплотненный полдник		
213	Яйцо вареное	40	61,3
346	Капуста тушеная	160	175,9
	Хлеб пшенинчый обогащенный	20	47,36
472	Ватрушка с повидлом	50	159,27
400	Молоко кипяченое	180	94,28
	Итого за уплотненный полдник	**450**	**538,11**
	Итого за день:		**1620,5**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 9

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		САД	
	Завтрак		
112	Суп молочный с макаронными изделиями	200	136,75
2	Бутерброд с повидлом	30/20	130,82
433	Какао с молоком	200	92,43
	Итого за завтрак	**450**	**360**
	Второй завтрак		
399	Сок фруктовый	100	49,49
	Печенье (в ассортименте)	20	100,65
	Итого за второй завтрак	**120**	**150,14**
	Обед		
135	Свекла отварная	50	20,37
85	Суп с клецками на курином бульоне	200	121,56
309	Рагу из птицы отварной с овощами	200	298,4
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	40	81,58
402	Компот из смеси сухофруктов	200	34,83
	Итого за обед	**710**	**604,1**
	Уплотненный полдник		
229	Вареники ленивые (запеканка)	180	407,54
354	Соус сметанный (сладкий)	55	66,07
430	Чай с сахаром	180	32,55
	Итого за уплотненный полдник	**415**	**506,16**
	Итого за день:		**1620,4**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 10

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		САД	
	Завтрак		
189	Каша пшенная молочная с маслом и сахаром	200	174,7
13	Масло (порциями)	10	74,8
	Батон нарезной	30	77,7
432	Кофейный напиток	200	39,8
	Итого за завтрак	**440**	**367**
	Второй завтрак		
399	Сок фруктовый	100	49,49
	Итого за второй завтрак	**100**	**49,49**
	Обед		
35	Салат "Калейдоскоп"	50	20,79
76	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	138,3
245	Тефтели рыбные с томатным соусом	70/20	160,27
325	Рис отварной с маслом	130	164,09
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	40	81,58
ТК№048	Компот из свежих яблок	200	58,61
	Итого за обед	**730**	**671**
	Уплотненный полдник		
214	Омлет натуральный	110	144,67
56	Икра свекольная	100	73,29
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
467	Сдоба посыпная	50	172,07
435	Кефир	180	95,4
	Итого за уплотненный полдник	**460**	**532,79**
	Итого за день:		**1620,28**