СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		ЯСЛИ	
	Завтрак		
113	Суп молочный с крупой рисовой	180	133,58
13	Масло (порциями)	5	37,4
	Печенье (в ассортименте)	20	62,55
430	Чай с сахаром	180	32,94
	Итого за завтрак	**385**	**266,47**
	Второй завтрак		
	Яблоко (Желтое, Красное)	90	50,8
	Итого за второй завтрак	**90**	**50,8**
	Обед		
45	Салат из свеклы с морковью	30	14,28
81	Суп картофельный с бобовыми	180	77,13
199	Мясной соус " Балоньезе "	80	139,25
331	Макаронные изделия отварные с маслом	110	139,66
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	20	40,79
402	Компот из смеси сухофруктов	150	26,32
	Итого за обед	**570**	**484,79**
	Уплотненный полдник		
264	Фрикадельки рыбные запеченные	60	234,68
184	Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	120	106,03
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
433	Какао с молоком	150	69,42
	Итого за уплотненный полдник	**350**	**457,49**
	Итого за день:		**1259,55**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		ЯСЛИ	
	Завтрак		
184	Каша гречневая с маслом и сахаром	180	105,45
2	Бутерброд с джемом или повидлом	30/20	134,5
432	Кофейный напиток	180	36,21
	Итого за завтрак	**410**	**276,16**
	Второй завтрак		
399	Сок фруктовый	100	49,49
	Пряник (в ассортименте)	20	99,2
	Итого за второй завтрак	**120**	**148,69**
	Обед		
41	Салат витаминный	30	19,88
75	Суп рисовый с мясом	180	81,53
256	Котлеты рыбные любительские	60	156,04
321	Пюре картофельное	110	96,87
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	20	40,79
ТК№048	Компот из свежих яблок	150	44,15
	Итого за обед	**570**	**486,62**
	Уплотненный полдник		
220	Сырники с морковью (или запеканка)	150	224,38
354	Соус сметанный (сладкий)	50	47,76
435	Кефир	150	79,5
	Итого за уплотненный полдник	**350**	**351,64**
	Итого за день:		**1263,11**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 3

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		ЯСЛИ	
	Завтрак		
190	Каша "Дружба" молочная с маслом и сахаром	180	113,62
1	Бутерброд с сыром и маслом	20/8/6	120,49
395	Кофейный напиток с молоком	180	59,78
	Итого за завтрак	**364**	**293,89**
	Второй завтрак		
399	Сок фруктовый	100	49,49
	Итого за второй завтрак	**100**	**49,49**
	Обед		
56	Икра свекольная	30	21,99
57	Борщ с капустой и картофелем на м/б	180	80,07
276	Жаркое картофельное с мясом	150	273,34
	Хлеб пшеничный обогащеный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	20	40,79
396	Компот из яблок и сухофруктов	150	31,7
	Итого за обед	**550**	**495,25**
	Уплотненный полдник		
306	Биточки мясные со сметанным соусом	70	207,09
331	Макаронные изделия отварные с маслом	110	139,66
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
430	Чай с сахаром	150	27,28
	Итого за уплотненный полдник	**350**	**421,39**
	Итого за день:		**1260,02**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 4

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		ЯСЛИ	
	Завтрак		
189	Каша манная молочная с маслом и сахаром	180	148,91
3	Бутерброд с сыром	20/10	83,76
393	Чай с лимоном	180	34,09
	Итого за завтрак	**390**	**266,76**
	Второй завтрак		
	Яблоко (Желтое, Красное)	90	50,8
	Итого за второй завтрак	**90**	**50,8**
	Обед		
39	Салат из капусты с морковью	30	12,6
98	Суп картофельный с крупой на курином бульоне	180	66,15
304	Плов из птицы отварной	150	263,35
	Хлеб пшеничный обогащеный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	20	40,79
379	Кисель из сухофруктов	150	41,5
	Итого за обед	**550**	**471,75**
	Уплотненный полдник		
212	Лапшевник с творогом	130	203,06
351	Соус молочный (сладкий)	50	49,09
467	Сдоба посыпная	50	172,07
304	Чай с молоком	150	46,92
	Итого за уплотненный полдник	**380**	**471,14**
	Итого за день:		**1260,45**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 5

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		ЯСЛИ	
	Завтрак		
189	Каша "Геркулес" молочная с маслом и сахаром	180	108,18
13	Масло (порциями)	10	74,8
	Батон нарезной	30	77,7
430	Чай с сахаром	180	32,55
	Итого за завтрак	**400**	**293,23**
	Второй завтрак		
	Яблоко (Желтое, Красное)	90	50,8
	Итого за второй завтрак	**90**	**50,8**
	Обед		
135	Свекла отварная	30	12,22
66	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	180	88,98
285	Тефтели мясные (ежики)	60	174,87
184	Каша гречневая с маслом	110	105,33
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	20	40,79
402	Компот из смеси сухофруктов	150	26,32
	Итого за обед	**570**	**495,87**
	Уплотненный полдник		
213	Яйцо вареное	40	60,92
350	Рагу овощное	130	78,52
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
467	Сдоба обыкновенная	50	164,33
433	Какао с молоком	150	69,42
	Итого за уплотненный полдник	**390**	**420,55**
	Итого за день:		**1260,45**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 6

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		ЯСЛИ	
	Завтрак		
189	Каша рисовая молочная с маслом и сахаром	180	130,28
13	Масло (порциями)	5	37,4
	Печенье в ассортименте	20	62,55
432	Кофейный напиток	180	35,82
	Итого за завтрак	**385**	**266,05**
	Второй завтрак		
399	Сок фруктовый	100	49,49
	Итого за второй завтрак	**100**	**49,49**
	Обед		
37	Салат овощной	30	14,1
101	Суп с макаронными изделиями на куринном бульоне	180	74,19
305	Котлета куриная рубленная	60	213,13
184	Каша пшеничная вязкая с маслом	110	80,31
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	20	40,79
ТК№048	Компот из свежих яблок	150	44,15
	Итого за обед	**570**	**514,03**
	Уплотненный полдник		
449	Оладьи с повидлом	150/20	271,82
	Яблоко	95	78,66
435	Кефир	150	79,5
	Итого за уплотненный полдник	**415**	**429,98**
	Итого за день:		**1259,55**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 7

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		ЯСЛИ	
	Завтрак		
189	Каша манная молочная жидкая с маслом и сахаром	180	104,72
1	Бутерброд с маслом	20/10	122,16
	Чай с молоком	180	56,51
	Итого за завтрак	**390**	**283,39**
	Второй завтрак		
399	Сок фруктовый	100	49,49
	Итого за второй завтрак	**100**	**49,49**
	Обед		
36	Салат из свеклы с морковью	30	19,88
81	Суп гороховый с гренками	150/17	108,74
306	Голубцы ленивые	60	145,78
331	Макаронные изделия отварные с маслом	110	139,66
	Хлеб пшенинный обогащенный	15	35,52
	Хлеб ржано-пшеничный	15	30,59
396	Компот из яблок и сухофруктов	150	31,31
	Итого за обед	**547**	**511,48**
	Уплотненный полдник		
184	Суп гречневый молочный с маслом и сахаром	180	147,96
	Хлеб пшенинный обогащенный	20	47,36
467	Сдоба сахарная	50	172,07
395	Кофейный напиток с молоком	150	49,3
	Итого за уплотненный полдник	**400**	**416,69**
	Итого за день:		**1261,05**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 8

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		ЯСЛИ	
	Завтрак		
189	Каша пшеничная молочная с маслом и сахаром	180	148,82
3	Бутерброд с сыром	20/10	83,76
393	Чай с лимоном	180	34,09
	Итого за завтрак	**390**	**266,67**
	Второй завтрак		
	Яблоко (Желтое , Красное)	90	50,8
	Итого за второй завтрак	**90**	**50,8**
	Обед		
45	Салат витаминный	30	12,23
58	Свекольник с мясом со сметаной	180	73,34
272	Котлета по-домашнему	60	168,89
321	Пюре картофельное	110	96,87
	Хлеб пшеничный обогащеный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	20	40,79
382	Кисель из сока натурального	150	50,29
	Итого за обед	**570**	**489,77**
	Уплотненный полдник		
213	Яйцо вареное	40	61,3
346	Капуста тушеная	140	106,71
	Хлеб пшенинчый обогащенный	20	47,36
472	Ватрушка с повидлом	50	159,27
400	Молоко кипяченое	150	78,57
	Итого за уплотненный полдник	**400**	**453,21**
	Итого за день:		**1260,45**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 9

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		ЯСЛИ	
	Завтрак		
112	Суп молочный с макаронными изделиями	180	106,53
2	Бутерброд с повидлом	30/10	104,26
433	Какао с молоком	180	83,15
	Итого за завтрак	**400**	**293,94**
	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	30	12,22
85	Суп с клецками на курином бульоне	180	136,2
309	Рагу из птицы отварной с овощами	150	203,93
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	20	40,79
402	Компот из смеси сухофруктов	150	26,32
	Итого за обед	**550**	**466,82**
	Уплотненный полдник		
229	Вареники ленивые	150	256,52
354	Соус сметанный (сладкий)	55	66,07
430	Чай с сахаром	150	26,89
	Итого за уплотненный полдник	**355**	**349,48**
	Итого за день:		**1260,38**

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ на "___" _____ 2026 г.

ДЕНЬ 10

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ККАЛ
		ЯСЛИ	
	Завтрак		
189	Каша пшенная молочная с маслом и сахаром	180	105,12
13	Масло (порциями)	10	74,8
	Батон нарезной	30	77,7
432	Кофейный напиток	180	35,82
	Итого за завтрак	**400**	**293,44**
	Второй завтрак		
399	Сок фруктовый	100	49,49
	Итого за второй завтрак	**100**	**49,49**
	Обед		
35	Салат "Калейдоскоп"	30	12,47
76	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	90,63
245	Тефтели рыбные с томатным соусом	60/20	112,3
325	Рис отварной с маслом	110	139,18
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
	Хлеб ржано-пшеничный	20	40,79
ТК№048	Компот из свежих яблок	150	44,15
	Итого за обед	**590**	**486,88**
	Уплотненный полдник		
214	Омлет натуральный	80	105,4
56	Икра свекольная	100	73,29
	Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,36
467	Сдоба посыпная	50	124,25
435	Кефир	150	79,5
	Итого за уплотненный полдник	**400**	**429,8**
	Итого за день:		**1259,61**