

Утверждено
И.о. заведующей МКДОУ
«Детский сад № 4 «Малышок»»
М.В.Васильева



Первая неделя
День недели: четверг
Дата «09» января 2025г.

Ежедневное меню основного питания

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша молочная ячневая сладкая со сливочным маслом	150/200	152,5/203
	Бутерброд со сливочным маслом и сыром	25/37	51,85/56
	Кофейный напиток	100/150	70/84
II завтрак	Яблоко	80/100	36/36
Итого			310,35/379
Обед	Салат сезонный с растительным маслом	40/60	58,03/58,03
	Суп с клецками на кур б	120/150	52,8/62,85
	Овощное рагу с мясом кур	150/180	126,3/151,58
	Компот из сухофруктов	150/150	82,5/82,5
	Хлеб пшеничный/пеклеванный	55/67	110,3/136
Итого			429,93/490,96
Полдник	Сырники со сметанным соусом	50/20	111/14,8
		100/20	222/14,8
	Чай сладкий с лимоном	150/150	30,7/46,06
	Пряник	20/20	148/148
Итого			294,1/430,86
Всего за день			1034,38/1300,82

Утверждено
И.о. заведующей МКДОУ
«Детский сад № 4 «Малышок»»



Первая неделя

День недели: пятница

Дата «10» января 2025г.

Ежедневное меню основного питания

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Суп молочный сладкий рисовым со сливочным маслом	150/200	105,75/141
	Бутерброд с сыром	25/40	50,8/77,22
	Какао с молоком	100/150	81,96/127,36
II завтрак	Банан	80/100	76,8/96
Итого			315,31/441,58
Обед	Салат сезонный	40/60	33,43/37,56
	Свекольник на м-к бульоне	120/150	54,4/67,99
	Рыба-по-польски	40/60	61/91,5
	Картофельное пюре	120/150	99,12/147
	Компот из сухофруктов	150/150	82,5/82,5
	Хлеб пшеничный/пеклеванный	40/55	80,6/110,3
Итого			411,05/536,85
Полдник	Отварное яйцо	40/50	62/96,9
	Салат из зеленого горошка с растит маслом	30/40	15,04/20,06
	Хлеб пеклеван	20/27	37,8/51,03
	Кофейный напиток сладкий	150/150	54/54
	Печенье	20/20	148/148
Итого			316,84/369,69
Всего за день			1057,7/1272,61

Утверждаю
И.о. заведующей МКДОУ
«Детский сад № 4 «Малышок»»
М.В.Иванова



Вторая неделя
День недели: понедельник
Дата «13» января 2025 г.

Ежедневное меню основного питания

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша молочная пшеничная сладкая со сливочным маслом	150/200	92,91/123,8
	Бутерброд с сыром и маслом	25/40	55,8/77,22
	Кофейный напиток с молоком	150/150	70/70
II завтрак	Яблоко	80/100	37,8/47
Итого			256,51/318,02
Обед	Салатсезонный с растительным маслом	40/60	52,09/52,09
	Суп картофельный бобовый на мясокост бульоне	120/150	70,8/88,5
	Плов с мясом	120/180	379,08/568,6
	Компот из сухофруктов	150/150	82,5/82,5
	Хлеб пшеничный/пеклеванный	55/67	80,6/110,3
Итого			656,97/901,99
Полдник	Пирожок с повидлом запеченный	70/100	168/205,9
	Кисель фруктовый	150/150	105/105
Итого			273/310,9
Всего за день			1264,48/1530,91

Утверждено
И.о. заведующей МКДОУ
«Детский сад №4 «Малышок»»



Вторая неделя
День недели: вторник
Дата «14» января 2025 г.

Ежедневное меню основного питания

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша молочная пшеничная сладкая со сливочным маслом	150/200	168,1/224,9
	Бутерброд со сгущ молоком	30/45	81/120
	Чай сладкий с лимоном	150/150	46,06/46,06
II завтрак	Банан	80/100	77/96
Итого			372,16/486,96
Обед	Салат сезонный с растительным маслом	40/60	29,6/44,4
	Щи на мяс-кост бульоне	120/150	63,92/79,9
	Пельмени с запеч в дух шкафу	120/180	235,2/294
	Компот из сухофруктов	150/150	82,5/82,5
	Хлеб пшеничный/пеклеванный	55/67	109,3/109,3
Итого			520,52/610,1
Полдник	Пудинг из творога со сметанным соусом	70/100	134,22/191,75
	Снежок кисломолочный	100/150	50,6/76
Итого			184,82/267,75
Всего за день			1133,5/1364,81

Утверждено
И.о. заведующей МКДОУ
«Детский сад № 4 «Малышок»»



Вторая неделя
День недели: среда
Дата «15» января 2025г.

Ежедневное меню основного питания

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша молочная гречневая сладкая со сливочным маслом	150/200	131,25/195
	Бутерброд с повидлом	30/40	50,8/77,22
	Чай сладкий	150/180	68,3/81,9
II завтрак	Сок натуральный	80/100	36/45
Итого			286,35/379,12
Обед	Салат сезонный с растительным маслом	40/60	20,06/37,56
	Суп крестьянский на м.к. бульоне	120/150	125,69/142,5
	Жаркое по-домашнему	120/150	174,3/446,4
	Компот из сухофруктов	150/150	82,5/82,5
	Хлеб пшеничный/пеклеванный	55/67	110,3/136
Итого			512,85/763,96
Полдник	Суп молочный вермишелевый сладкий со слив маслом	50/70	166/202
	Печенье (пряник)	20/20	148/148
	Кофейный напиток сладкий	150/150	54/54
Итого			368/404
Всего за день			1167/1547

Утверждено
И.о. заведующей МКДОУ
«Детский сад № 4 «Малышок»»



Вторая неделя
День недели: четверг
Дата «16» января 2025г.

Ежедневное меню основного питания

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша молочная геркулесовая сладкая со сливочным маслом	150/200	162,3/216,4
	Бутерброд с сыром	30/40	50,8/77,22
	Кофейный напиток	150/150	54/54
II завтрак	Сок натуральный	75/100	34,5/46
Итого			301,6/393,9
Обед	Салат из кукурузы с растительным маслом	40/60	58,03/58,03
	Суп домашняя лапша	120/150	57,36/71,7
	Ленивые голумбы	120/180	164/246
	Компот из сухофруктов	150/150	82,5/82,5
	Хлеб пшеничный/пеклеванный	55/67	109,3/109,3
Итого			434,39/530,73
Полдник	Омлет натуральный с гренками	70/100	57,7/115,4
	Какао с молоком	150/150	127,36/127,36
	Печенье	20/20	137,6/137,6
Итого			322,66/380,36
Всего за день			1085,1/1304,99

Утверждаю
И.о. заведующей МКДОУ
«Детский сад № 4 «Малышок»»
М.В.Васильева



Вторая неделя
День недели: пятница
Дата «17» января 2025 г.

Ежедневное меню основного питания

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша молочная манная сладкая со сливочным маслом	150/200	162/216
	Бутерброд со сливочным маслом и сыром	33/40	102/142,2
	Кофейный напиток	150/150	54/54
II завтрак	Банан	80/100	77/96
Итого			318/422
Обед	Салат витаминный	40/60	21/45,6
	Суп овощной на м.к.бульоне	120/150	40,08/50,1
	Рыбное суфле	40/60	88 /132
	Картофель запеченный	120/150	132,8/166
	Компот из сухофруктов	150/150	82,5/82,5
	Хлеб пшеничный/пеклеванный	55/67	72,5/136
Итого			419,5/558,36
Полдник	Булочка творожная	70/100	124,5/177,87
	Снежок	150/150	105/105
	Вафли	20/40	69/138
Итого			243,21/427,6
Всего за день			962,91/1407,96

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448729965

Владелец Живолуп Марина Александровна

Действителен с 06.06.2024 по 06.06.2025