

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Балдина М.В.

## Ежедневное меню основного питания

На 02 июля 2025г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

| Прием пищи       | Наименование блюда                                                        | Вес блюда<br>1-3г/3-7л | Энергетическая<br>Ценность, ккал<br>1-3г/3-7л |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------|
| <u>Завтрак</u>   | Каша манная молочная со сливочным маслом                                  | 150/200                | 143/191                                       |
|                  | Бутерброд с сыром                                                         | 20/6 30/10             | 130/150                                       |
|                  | какао сладкое с молоком                                                   | 150/200                | 90/106                                        |
| Итого            |                                                                           |                        | 323/436                                       |
| <u>2 Завтрак</u> | банан                                                                     |                        | 96/96                                         |
|                  |                                                                           |                        | 96/96                                         |
| <u>Обед</u>      | Салат из свежей капусты и консервированной кукурузы с растительным маслом | 40/60                  | 51/71                                         |
|                  | Суп свекольник на мясо-костном бульоне со сметаной                        | 150/5 200/5            | 97/126                                        |
|                  | Тефтели мясные тушеные в томатно овощном соусе                            | 60/80                  | 101/179                                       |
|                  | Гречка отварная со сливочным маслом                                       | 120/150                | 88/110                                        |
|                  | Сок фруктовый                                                             | 150/200                | 51/63                                         |
|                  | Хлеб пшеничный, пеклеванный                                               | 40/50                  | 94/59                                         |
|                  |                                                                           |                        | 117/74                                        |
|                  |                                                                           |                        | 595/790                                       |
|                  |                                                                           |                        | 249/332                                       |
| <u>Полдник</u>   | Ватрушка сладкая сдобная с творогом печеная в духовом шкафу               | 80/100                 | 47/80                                         |
|                  | Чай сладкий с молоком                                                     | 150/200                | 296/412                                       |
| Итого            |                                                                           |                        | 1350/1745                                     |
| Всего за день    |                                                                           |                        |                                               |

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Балдина М.В.

## Ежедневное меню основного питания

На 03 июля 2025г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

| Прием пищи       | Наименование блюда                                                          | Вес блюда<br>1-3г/3-7л | Энергетическая<br>Ценность, ккал<br>1-3г/3-7л |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------|
| <u>Завтрак</u>   | Каша рисовая молочная сладкая со сливочным маслом                           | 150/200                | 157/156                                       |
|                  | Бутерброд с повидлом                                                        | 20/10 30/15            | 94/121                                        |
|                  | Кофейный напиток слад. С молоком                                            | 150/200                | 112/143                                       |
| Итого            |                                                                             |                        | 379/500                                       |
| <u>2 Завтрак</u> | яблоко                                                                      | 100/100                | 41/41                                         |
|                  |                                                                             |                        | 41/41                                         |
| <u>Обед</u>      | Салат из вареных свеклы и моркови с растительным маслом                     | 40/60                  | 34/50                                         |
|                  | Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной                          | 150/5 200/8            | 84/112                                        |
|                  | Макаронник с мясом и печенью запеченный в духовом шкафу со сливочным маслом | 160/200                | 311/270                                       |
|                  | Компот из сухофруктов и свежих яблок                                        | 150/200                | 63,6/106                                      |
|                  | Хлеб пшеничный, пеклеванный                                                 | 40/50                  | 94/59                                         |
|                  |                                                                             |                        | 117/74                                        |
|                  |                                                                             |                        | 705/965                                       |
|                  |                                                                             |                        | 264/292                                       |
|                  |                                                                             |                        | 72/75                                         |
| <u>Полдник</u>   | Вареники ленивые сладкие со сливочным маслом, сметанным соусом              | 100/15 150/20          | 336/471                                       |
|                  | снежок                                                                      | 150/180                | 1445/1897                                     |
| Итого            |                                                                             |                        |                                               |
| Всего за день    |                                                                             |                        |                                               |

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Балдина М.В.

Ежедневное меню основного питания

На 04 июня 2025г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

| Прием пищи       | Наименование блюда                                | Вес блюда 1-3г/3-7л | Энергетическая Ценность, ккал 1-3г/3-7л |
|------------------|---------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------|
| <u>Завтрак</u>   | Яйцо вареное вкрутую                              | 40/40               | 71/71                                   |
|                  | Бутерброд с сыром                                 | 20/6 30/10          | 130/150                                 |
|                  | Какао сладкое с молоком                           | 150/200             | 90/106                                  |
|                  |                                                   |                     | 313/364                                 |
| Итого            |                                                   | 100/100             | 96/96                                   |
| <u>2 Завтрак</u> | банан                                             |                     | 96/96                                   |
| Итого            |                                                   |                     | 43/50                                   |
| <u>Обед</u>      | Салат из зеленого горошка с растительным маслом   | 40/60               | 131/175                                 |
|                  | Суп крестьянский на мясо-костном бульоне          | 150/200             | 321/483                                 |
|                  | Пельмени домашние отварные со сливочным маслом    | 150/200             | 90/113                                  |
|                  | Кисель фруктовый                                  | 40/50               | 94/59                                   |
|                  | Хлеб пшеничный, пеклеванный                       |                     | 117/74                                  |
|                  |                                                   |                     | 747/1011                                |
| Итого            |                                                   | 150/200             | 152/203                                 |
| <u>Полдник</u>   | Каша молочная ячневая сладкая со сливочным маслом | 150/200             | 47/80                                   |
|                  | Чай сладкий с молоком                             | 30/30               | 94/94                                   |
|                  | пряник                                            |                     | 306/377                                 |
| Итого            |                                                   |                     | 1440/1810                               |
| Всего за день    |                                                   |                     |                                         |

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Балдина М.В.

Ежедневное меню основного питания

На 05 июня 2025г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

| Прием пищи       | Наименование блюда                                                      | Вес блюда 1-3г/3-7л | Энергетическая Ценность, ккал 1-3г/3-7л |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------|
| <u>Завтрак</u>   | Каша молочная сборная сладкая со сливочным маслом                       | 150/200             | 184/203                                 |
|                  | Бутерброд с повидлом                                                    | 20/10 30/15         | 94/121                                  |
|                  | Кофейный напиток с молоком                                              | 150/200             | 112/143                                 |
|                  |                                                                         |                     | 426/535                                 |
| Итого            |                                                                         | 100/100             | 41/41                                   |
| <u>2 Завтрак</u> | яблоко                                                                  |                     | 41/41                                   |
| Итого            |                                                                         |                     | 51/71                                   |
| <u>Обед</u>      | Салат из свежей капусты и моркови с маслом растительным                 | 40/60               | 84/132                                  |
|                  | Суп рисовый с мясом на мясном бульоне                                   | 150/10 180/20       | 84/108                                  |
|                  | Котлета рыбная запеч. В дшк                                             | 60/80               | 110/116                                 |
|                  | Картофельное пюре со сливочном маслом                                   | 120/150             | 51/63                                   |
|                  | Сок фруктовый                                                           | 150/200             | 94/59                                   |
|                  | Хлеб пшеничный, пеклеванный                                             | 40/50               | 117/74                                  |
|                  |                                                                         |                     | 608/730                                 |
| Итого            |                                                                         | 100/150             | 195/292                                 |
| <u>Полдник</u>   | Пудинг из творога с яблоками запеченный в духовом шкафу, сметанный соус | 150/180             | 72/75                                   |
|                  | снежок                                                                  | 20/20               | 83/84                                   |
|                  | печенье                                                                 |                     | 350/551                                 |
| Итого            |                                                                         |                     | 1389/1789                               |
| Всего за день    |                                                                         |                     |                                         |



«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Балдина М.В.

## Ежедневное меню основного питания

На 06 июня 2025г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

| Прием пищи       | Наименование блюда                                    | Вес блюда 1-3г/3-7л | Энергетическая Ценность, ккал 1-3г/3-7л |
|------------------|-------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------|
| <u>Завтрак</u>   | Каша манная молочная сладкая со сливочным маслом      | 150/200             | 143/191                                 |
|                  | Бутерброд с сыром                                     | 20/6 30/10          | 130/150                                 |
|                  | Чай сладкий с молоком                                 | 150/200             | 72/80                                   |
| Итого            |                                                       |                     | 388/520                                 |
| <u>2 Завтрак</u> | Салат из моркови с яблоком                            | 80/150              | 74/107                                  |
| Итого            |                                                       |                     | 74/107                                  |
| <u>Обед</u>      | Винегрет с растительным маслом                        | 40/60               | 55/71                                   |
|                  | Суп картофельный с горохом на курином бульоне         | 150/ 200            | 88/117                                  |
|                  | Плов из курицы со сливочным маслом                    | 180/230             | 312/389                                 |
|                  | Кисель фруктовый                                      | 150/200             | 90/113                                  |
|                  | Хлеб пшеничный, пеклеванный                           | 40/50               | 94/59                                   |
|                  |                                                       |                     | 117/74                                  |
| Итого            |                                                       |                     | 698/922                                 |
| <u>Полдник</u>   | Суп молочный сладкий вермишелевый со сливочным маслом | 150/200             | 134/179                                 |
|                  | Пряник                                                | 30/30               | 94//94                                  |
|                  | Кофейный напиток сладкий черный                       | 150/200             | 80/107                                  |
| Итого            |                                                       |                     | 308/380                                 |
| Всего за день    |                                                       |                     | 1425/1830                               |

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Балдина М.В.

## Ежедневное меню основного питания

На 09 июня 2025г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

| Прием пищи       | Наименование блюда                                                | Вес блюда 1-3г/3-7л | Энергетическая Ценность, ккал 1-3г/3-7л |
|------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------|
| <u>Завтрак</u>   | Каша манная молочная сладкая со сливочным маслом                  | 150/200             | 143/191                                 |
|                  | Бутерброд с повидлом                                              | 20/10 30/15         | 94/121                                  |
|                  | Кофейный напиток с молоком                                        | 150/200             | 112/143                                 |
| Итого            |                                                                   |                     | 349/455                                 |
| <u>2 Завтрак</u> | Банан                                                             | 100/100             | 96/96                                   |
| Итого            |                                                                   |                     | 96/96                                   |
| <u>Обед</u>      | Салат из свеж.капусты, моркови, конс.кукур. и растительным маслом | 40/60               | 51/71                                   |
|                  | Суп сборный на мясном бульоне со сметаной                         | 150/5 200/5         | 71/94,3                                 |
|                  | Мясо тушеное с луком в бульоне                                    | 60/80               | 150/187                                 |
|                  | Гороховое пюре со слив.маслом                                     | 120/150             | 107/144                                 |
|                  | Компот из сухофруктов и свежих яблок                              | 150/200             | 63,6/106                                |
|                  | Хлеб пшеничный, пеклеванный                                       | 40/50               | 94/59                                   |
|                  |                                                                   |                     | 117/74                                  |
| Итого            |                                                                   |                     | 596/850                                 |
| <u>Полдник</u>   | Булочка домашняя сладкая печеная в духовом шкафу                  | 80/100              | 240/320                                 |
|                  | Кисель фруктовый                                                  | 150/200             | 90/113                                  |
| Итого            |                                                                   |                     | 330/433                                 |
| Всего за день    |                                                                   |                     | 1371/1834                               |

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Балдина М.В.

## Ежедневное меню основного питания

На 10 июня 2025г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

| Прием пищи       | Наименование блюда                                       | Вес блюда 1-3г/3-7л  | Энергетическая Ценность, ккал 1-3г/3-7л |
|------------------|----------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------|
| <u>Завтрак</u>   | Омлет натуральный, запеченный в духовом шкафу            | 80/100               | 96/102                                  |
|                  | Бутерброд с сыром                                        | 20/6 30/10           | 130/150                                 |
|                  | Чай сладкий с молоком                                    | 150/200              | 47/80                                   |
| Итого            |                                                          |                      | 273/332                                 |
| <u>2 Завтрак</u> | яблоко                                                   | 100/100              | 41/41                                   |
| Итого            |                                                          |                      | 41/41                                   |
| <u>Обед</u>      | Салат из вареной свеклы свеколка с растительным маслом   | 40/60                | 73/98                                   |
|                  | Борщ на мясном бульоне со сметаной, с мясом              | 150/5/10<br>200/20/5 | 107/143                                 |
|                  | тефтели рыбные запеченные в духовом шкафу, соус томатный | 60/10<br>80/15       | 96/120                                  |
|                  | Картофельное пюре со сливочным маслом                    | 120/150              | 93/116                                  |
|                  | Компот из сухофруктов                                    | 150/200              | 99/112                                  |
|                  | Хлеб пшеничный, пеклеванный                              | 40/50                | 94/59<br>117/74                         |
| Итого            |                                                          |                      | 621/837                                 |
| <u>Полдник</u>   | Каша молочная пшеничная сладкая со сливочным маслом      | 150/200              | 180/240                                 |
|                  | Какао на молоке                                          | 150/200              | 90/106                                  |
|                  | печенье                                                  | 20/20                | 83/83,5                                 |
| Итого            |                                                          |                      | 353/430                                 |
| Всего за день    |                                                          |                      | 1335/1753                               |

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Балдина М.В.

## Ежедневное меню основного питания

На 11 июня 2025г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

| Прием пищи       | Наименование блюда                                                       | Вес блюда 1-3г/3-7л | Энергетическая Ценность, ккал 1-3г/3-7л |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------|
| <u>Завтрак</u>   | Каша молочная «Дружба» (рис+пшено) сладкая со сливочным маслом           | 150/200             | 159/212                                 |
|                  | Бутерброд с повидлом                                                     | 20/10 30/15         | 94/121                                  |
|                  | Кофейный напиток с молоком                                               | 150/200             | 112/143                                 |
| Итого            |                                                                          |                     | 365/476                                 |
| <u>2 Завтрак</u> | Сок натуральный                                                          | 150/200             | 51/63                                   |
| Итого            |                                                                          |                     | 51/63                                   |
| <u>Обед</u>      | Салат из сол.огурцов с луком с растительным маслом                       | 40/60               | 23,34/29,17                             |
|                  | Суп картофельный на мясном бульоне с макаронными изделиями               | 150/200             | 85/113                                  |
|                  | Голубцы ленивые формованные, отварным мясом, запеч. В дшк, томатный соус | 160/20<br>200/30    | 279/372                                 |
|                  | Компот из смеси сухофруктов                                              | 150/200             | 99/112                                  |
|                  | Хлеб пшеничный, пеклеванный                                              | 40/50               | 94/59<br>117/74                         |
| Итого            |                                                                          |                     | 649/817                                 |
| <u>Полдник</u>   | Сырники сладкие запеченные в духовом шкафу, со сметанным соусом          | 100/150<br>15/20    | 254/351                                 |
|                  | йогурт                                                                   | 150/180             | 72/75                                   |
| Итого            |                                                                          |                     | 326/426                                 |
| Всего за день    |                                                                          |                     | 1398/1820                               |