

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Бычкова М.В.

Ежедневное меню основного питания

На 29 сентября 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>	яблоко	100/100	96/96
Итого			96/96
<u>Обед</u>	Салат из свеж.огурцов, помидоров с луком 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»»

Бычкова М.В.

Ежедневное меню основного питания

На 30 сентября 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	150/5/10 200/20/5	107/143
	Рыба порционно припущенная с луком и растительным маслом	60/10 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
			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»»

Бычкова М.В.

Ежедневное меню основного питания

На 01 октября 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
			365/476
Итого		150/200	51/63
<u>2 Завтрак</u>	Сок натуральный		51/63
Итого			23,34/29,17
<u>Обед</u>	Салат из св.огурцов, помидоров с луком с растительным маслом	40/60	85/113
	Суп картофельный на мясном бульоне с макаронными изделиями	150/200	279/372
	Голубцы ленивые формованные, отварным мясом, запеч. В дшк, томатный соус	160/20 200/30	99/112
	Компот из смеси сухофруктов	150/200	94/59
	Хлеб пшеничный, пеклеванный	40/50	117/74
			649/817
Итого			254/351
<u>Полдник</u>	Сырники сладкие запеченные в духовом шкафу, со сметанным соусом	100/150 15/20	72/75
	Йогурт	150/180	326/426
			1398/1820
Итого			
Всего за день			

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Бычкова М.В.

Ежедневное меню основного питания

На 02 октября 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 овсяная «геркулес» сладкая со сливочным маслом	150/200	182/211
	Бутерброд с сыром	20/6 30/10	130/150
	Какао сладкое с молоком	150/200	90/106
			322/399
Итого		80/100	74/92
<u>2 Завтрак</u>	Салат из свежей моркови, яблока		74/92
Итого			33/49,92
<u>Обед</u>	Салат из св.огурцов, помидор с луком с растительным маслом	40/60	113/127
	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	150/5 200/7	139/186
	Котлета мясная запеченная в духовом шкафу	60/80	110/116
	Картофельное пюре со сливочным маслом	120/150	99/112
	Компот из сухофруктов	150/200	94/59
	Хлеб пшеничный, пеклеванный	40/50	117/74
Итого			647/782
<u>Полдник</u>	Каша гречневая молочная сладкая со сливочным маслом	150/200	136/181
	печенье	30/30	94/94
	Кофейный напиток сладкий черный	150/200	80/107
			310/466
Итого			1433/1807
Всего за день			

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Бычкова М.В.

Ежедневное меню основного питания

На 03 октября 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 пшенная со сливочным маслом	150/200	181/203
	Бутерброд с повидлом	20/10 30/15	94/121
	Чай сладкий с молоком	150/200	72/80
Итого			439/560
<u>2 Завтрак</u>	Салат фруктовый	60/100	29/46
Итого		40/60	29/46
<u>Обед</u>	Салат из свеж.огурцов, помидоров с луком с растительным маслом		31/46
	Суп картофельный на курином бульоне с клецками	150/200	170/226
	Овощное рагу с мясом туш. Со слив.маслом	150/180	218/290
	Компот из сухофруктов и свежих яблок	150/200	63,6/106
	Хлеб пшеничный, пеклеванный	40/50	94/59
Итого			117/74
<u>Полдник</u>	Запеканка творожная фруктовая сладкая запеченная в духовом шкафу, соус сметанный	100/150	636/813
	печенье	20/20	195/292
	Кофейный напиток сладкий с молоком	150/180	83/83
Итого			112/143
Всего за день			390/519
			1402/1782

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Бычкова М.В.

Ежедневное меню основного питания

На 06 октября 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 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	100/100	96/96
Итого			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
Итого		80/100	249/332
<u>Полдник</u>	Ватрушка сладкая сдобная с творогом печеная в духовом шкафу	150/200	47/80
	Чай сладкий с молоком		296/412
Итого			1350/1745
Всего за день			

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Бычкова М.В.

Ежедневное меню основного питания

На 07 октября 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 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
			379/500
Итого		100/100	41/41
<u>2 Завтрак</u>	яблоко		41/41
Итого			34/50
<u>Обед</u>	Салат из вареных свеклы и моркови с растительным маслом	40/60	84/112
	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной	150/5 200/8	
	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, пеклеваный	40/50	94/59
			117/74
			705/965
Итого		100/15 150/20	264/292
<u>Полдник</u>	Вареники ленивые сладкие со сливочным маслом, сметанным соусом	150/180	72/75
	снежок		336/471
Итого			1445/1897
Всего за день			

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Бычкова М.В.

Ежедневное меню основного питания

На 08 октября 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
Итого			313/364
<u>2 Завтрак</u>	банан	100/100	96/96
Итого			96/96
<u>Обед</u>	Салат из зеленого горошка с растительным маслом	40/60	43/50
	Суп крестьянский на мясо-костном бульоне	150/200	131/175
	Пельмени домашние отварные со сливочным маслом	150/200	321/483
	Кисель фруктовый	150/200	90/113
	Хлеб пшеничный, пеклеваный	40/50	94/59
			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»»

Бычкова М.В.

Ежедневное меню основного питания

На 09 октября 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
Итого			426/535
<u>2 Завтрак</u>	яблоко	100/100	41/41
Итого			41/41
<u>Обед</u>	Салат из свежей капусты и моркови с маслом растительным	40/60	51/71
	Суп рисовый с мясом на мясном бульоне	150/10 180/20	84/132
	Котлета рыбная запеч. В дшк	60/80	84/108
	Картофельное пюре со сливочным маслом	120/150	110/116
	Сок фруктовый	150/200	51/63
	Хлеб пшеничный, пеклеванный	40/50	94/59
			117/74
Итого			608/730
<u>Полдник</u>	Пудинг из творога с яблоками запеченный в духовом шкафу, сметанный соус	100/150	195/292
	снежок	150/180	72//75
	печенье	20/20	83/84
Итого			350/551
Всего за день			1389/1789

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад №2 «Солнышко»»

Бычкова М.В.

Ежедневное меню основного питания

На 10 октября 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