

Утверждаю:
Заведующая

"25"

июля

Чурилова И.М.

2025

Ежедневное меню

28 июля 2025

Наименование блюд	На 1-го ребенка от 1 до 3-х лет	Энергетическая ценность (ккал.)	На 1-го ребенка от 3 до 7 лет	Энергетическая ценность (ккал.)
Завтрак				
Каша жидкая молочная из манной крупы	150	188,25	200	251,00
Хлеб целебный йодообогатченный	40	85,77	40	85,77
Масло сливочное	10	66,00	10	66,00
Чай с лимоном	150	46,50	200	62,00
Итого:		386,52		464,77
Второй завтрак				
Сок фруктовый (яблочный)	150	63,60	200	84,8
Итого:		63,60		84,8
Обед				
Икра морковная	40	46,66	50	58,33
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	105,85	200	141,14
Биточки из мяса говядины	60	206,40	80	275,20
Соус красный основной	30	21,70	50	21,70
Каша гречневая рассыпчатая	120	172,67	150	215,84
Хлеб пшеничный	20	42,80	20	42,80
Хлеб ржаной	30	77,70	30	77,70
Кисель из сока (С-витаминизация)	150/45 мг	9,27	200/50 мг	123,60
Итого:		683,05		956,31
Полдник				
Кофейный напиток с молоком	150	75,45	200	100,60
Сырники из творога со сгущенным молоком	60/10	151,28	80/20	201,70
Итого:		226,73	210	302,30
Итого энергетическая ценность за весь день		1359,9		1808,18

Утверждаю: МКДОУ
Заведующая детский сад № 5 Чурилова И.М.
"28" июля 2025 г.



Ежедневное меню 29 июля 2025

Наименование блюд	На 1-го ребенка от 3 до 7 лет	Энергетическая ценность (ккал.)	На 1-го ребенка от 3 до 7 лет	Энергетическая ценность (ккал.)
Завтрак				
Омлет натуральный	60	102,86	80	137,15
Икра кабачковая	80	62,4	80	62,4
Масло сливочное	10	66	10	66
Сыр Российский	10	36	10	36
Хлеб пшеничный	30	64,33	40	85,77
Чай с сахаром	150/8	21	200/15	28
итого:	350	352,59	420	415,32
Второй завтрак				
Фрукты свежие по сезону (яблока)	1 шт	94,00	1 шт	94,00
Итого:	200	94,00	200	94,00
Обед				
Овощи натуральные свежие (огурцы)	40	4,8	50	6
Борщ с капустой и картофелем	150	102,63	200	136,84
Котлеты из птицы	60	159	-	
Картофельное пюре	120	145,2	-	
Рагу из птицы			80/150	436
Хлеб пшеничный	20	42,8	20	42,8
Хлеб ржаной	30	77,7	30	77,7
Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	150/45 мг	99,6	200/50 мг	132,8
итого:		626,93		832,14
Полдник				
Печенье весовое	60	250,26	60	250,26
Молоко м.д.ж. 2.5 %	150	81	200	108
Итого:	280	331,26	280	358,26
Итого за весь день коллорийность блюд		1404,78		1699,72

Утверждаю:
Заведующая Чурилова И.М.
"29" июля 2025 г.



Ежедневное меню 30 июля 2025 г.

Наименование блюд	На 1-го ребенка от 1 до 3-х лет	Энергетическая ценность (ккал.)	На 1-го ребенка от 3 до 7 лет	Энергетическая ценность (ккал.)
Завтрак				
Каша вязкая молочная из крупы рисовой	150	132,75	200	177,00
Масло сливочное	10	66,00	10	66,00
Хлеб ржаной	40	85,77	40	85,77
Сыр Российский	10	36,00	10	36,00
Чай с сахаром	150/8	21,00	200/15	28,00
итого:		341,52		392,77
Второй завтрак				
Сок фруктовый	150	63.60	200	84,80
Итого:		63.60		84,80
Обед				
Овощи натуральные свежие (помидоры)	40	4,80	50	6
Суп картофельный с бобовыми	150	101,60	200	135,47
Котлеты из птицы	60	159,00	80	212,00
Каша перловая рассыпчатая	120	378,00	150	472,50
Хлеб пшеничный	20	42,80	20	42,80
Хлеб ржаной	30	77,70	30	77,70
Кисель из сока (С- витаминизация)	150/45 мг	9,27	200/50 мг	123,60
Итого:		773,17		1070,07
Полдник				
Оладьи с повидлом	60/10	1,35	80/20	1,80
Ряженка м.д.ж. 2.5%	150	88,50	200	118,00
Итого:		89,85		119,80
Итого за весь день		1312,22		1667,44

Утверждено:
Заведующая Чурилова И.М.
"30" июля 2025 г.



Ежедневное меню 31 июля 2025 г.

Наименование блюд	На 1-го ребенка от 1 до 3-х лет	Энергетическая ценность (ккал.)	На 1-го ребенка от 3 до 7 лет	Энергетическа я ценность (ккал.)
Завтрак				
Суп молочный с макаронными изделиями	150	116,25	200	155
Масло сливочное	10	66	10	66
Хлеб целебный йодообогащенный	40	85,77	40	85,77
Чай с сахаром	150/8	21	200/15	28
итого:		289,02		334,77
Второй завтрак				
Фрукты свежие по сезону (яблока)	1 шт	94,00	1 шт	94,00
Итого:	200	94,00	200	94,00
Обед				
Икра свекольная	40	48,88	50	61,1
Борщ с капустой и картофелем	150	102,63	200	136,84
Котлеты рыбные	60	192	50	70,8
Соус сметанный с томатом	30	42,5	80	256
Картофельное пюре	120	145,2	150	181,5
Хлеб пшеничный	20	42,8	20	42,8
Хлеб ржаной	30	77,7	30	77,7
Компот из сухофруктов (С- витаминизация)	150/45 мг	99,6	200/50 мг	132,8
итого:		751,31		959,54
Полдник				
Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	60\10	147,00	80/20	196,40
Какао с молоком	150	88,95	200	118,60
Итого:		228,00		304,40
Итого за весь день		1362,33		1692,71

Утверждаю:

Заведующая

"31"

июля 2025 г.

Сурилова И.М.

2025 г.



Ежедневное меню

1 августа 2025 г.

Наименование блюд	На 1-го ребенка от 1 до 3-х лет	Энергетическая ценность (ккал.)	На 1-го ребенка от 3 до 7 лет	Энергетическая ценность (ккал.)
Завтрак				
Каша вязкая молочная из пшенной крупы	150	188,06	200	250,75
Ммасло сливочное	10	66,00	10	66,00
Хлеб пшеничный	30	64,33	30	64,33
Сыр Российский	10	36,00	10	36,00
чай с лимоном	150	46,50	200	62,00
итого:		400,89		479,08
Второй завтрак				
Фрукты свежие (апельсины)	1 шт	94	1 шт	94,00
Итого:	200	94,00	200	94,00
Обед				
Овощи натуральные свежие (помидоры)	40	4,80	50	6
Суп с рыбными консервами	150	103,53	200	138,05
Шницель из мяса говядины	60	206,40	80	275,20
Соус красный основной	30	21,70	50	21,70
каша ячневая рассыпчатая	120	140,07	150	175,09
Хлеб пшеничный	20	42,80	20	42,80
Хлеб ржаной	30	77,70	30	77,70
Кисель из сока (С-витаминизация)	150/45 мг	9,27	200/50 мг	123,60
Итого:		606,27		860,14
Полдник				
Пряник весовой	60	201,48	80	201,48
Кофейный напиток с молоком	150	75,45	200	100,60
итого:		276,93		302,08
итого за весь день		1378,09		1735,30