

Утверждаю:
Директор:



8.12.2025

Согласовано:
Директор:



Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101	150	7,80	7,40	28,30	200,55
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50
Итого за прием пищи:	350	13,50	16,40	59,10	434,35
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60
Итого за прием пищи:	100	0,40	0,40	9,50	45,60
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47	150	1,90	3,80	6,20	61,20
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	150	7,50	4,80	13,90	100,10
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Итого за прием пищи:	520	12,78	9,12	50,58	302,12
Уплотненный полдник					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а	150	4,90	4,30	14,00	118,30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50
Итого за прием пищи:	330	7,40	4,60	39,86	234,88
Всего за день:	1300	34,08	30,52	159,04	1016,95

Утверждаю:
Директор:



Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

9.12.2025

Согласовано:
Директор:



Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	150	7,25	11,42	23,70	183,80
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00
Итого за прием пищи:	345	11,65	18,12	49,60	370,40
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,10	9,80	41,70
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	150	3,30	3,16	9,80	80,90
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304	50/30	3,40	3,80	4,30	64,60
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	110	3,00	3,80	19,40	97,00
КИСЕЛЬ №247	150	1,10	0,00	24,20	97,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Итого за прием пищи:	560	14,18	11,28	76,88	435,82
Уплотненный полдник					
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) №100	100/30	8,95	10,85	25,95	186,45
КАКАО С МОЛОКОМ №416	150	3,10	2,70	13,10	89,10
Итого за прием пищи:	280	12,05	13,55	39,05	275,55
Всего за день:	1285	38,38	43,05	175,33	1123,47

Утверждаю:
Директор:



Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

Согласовано:
Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	150	4,75	8,20	34,30	237,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	150	0,16	0,00	11,40	46,50
Итого за прием пищи:	350	8,11	15,70	65,90	453,00
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,10	9,80	41,70
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86	150	1,40	1,70	10,10	61,40
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261	60	6,56	3,06	1,54	60,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,20	4,60	28,00	182,70
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Итого за прием пищи:	540	17,54	9,88	70,42	446,42
Уплотненный полдник					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108	150	0,70	0,75	4,00	26,42
ПЕЧЕНЬЕ №9	50	3,80	4,90	37,20	208,50
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00
Итого за прием пищи:	350	4,50	5,65	52,50	279,92
Всего за день:	1340	30,65	31,33	198,62	1221,04

Утверждено:

Директор:



Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

Согласовано:

Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	4,50	2,60	24,30	134,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60
Итого за прием пищи:	350	11,40	10,80	49,50	339,90
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60
Итого за прием пищи:	100	0,40	0,40	9,50	45,60
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63	150	1,20	3,00	7,50	61,80
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321	130	22,00	20,50	19,00	340,70
КИСЕЛЬ №247	150	1,10	0,00	24,20	97,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Итого за прием пищи:	500	27,68	24,02	69,88	595,82
Уплотненный полдник					
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154	100/30	10,10	9,20	26,20	209,60
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20
Итого за прием пищи:	280	12,40	11,10	37,90	282,80
Всего за день:	1230	51,88	46,32	166,78	1264,12

Утверждаю:

Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

Согласовано:

Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85	150	6,30	8,32	19,80	112,62
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00
Итого за прием пищи:	345	10,70	15,02	45,70	299,22
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,10	9,80	41,70
Обед					
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	150	1,10	2,20	6,60	53,60
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 315	120/15	10,60	6,80	15,00	164,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Итого за прием пищи:	475	14,58	9,44	49,68	347,02
Уплотненный полдник					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	150	7,25	11,42	23,70	183,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	30	2,34	0,30	14,46	70,08
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00
Итого за прием пищи:	330	9,59	11,72	49,46	298,88
Всего за день:	1250	35,37	36,28	154,64	986,82



Утверждаю:
Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

Согласовано:
Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	4,50	2,60	24,30	134,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50
Итого за прием пищи:	350	10,20	11,60	55,10	367,80
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,10	9,80	41,70
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47	150	1,90	3,80	6,20	61,20
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261	60	6,56	3,06	1,54	60,00
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	110	3,00	3,80	19,40	97,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Итого за прием пищи:	540	14,84	11,18	57,92	360,52
Уплотненный полдник					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 227	45	5,00	0,30	68,60	227,00
ИКРА КАБАЧКОВАЯ №5	50	0,90	4,30	3,80	57,70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,20	15,10	71,00
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00
Итого за прием пищи:	275	8,20	4,80	98,80	400,70
Всего за день:	1265	33,74	27,68	221,62	1170,72



Утверждено
Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

Согласовано:

Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	150	4,30	7,40	30,90	213,40
КАКАО С МОЛОКОМ №416	150	3,10	2,70	13,10	89,10
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60
Итого за прием пищи:	350	11,80	16,80	58,60	444,10
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60
Итого за прием пищи:	100	0,40	0,40	9,50	45,60
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86	150	1,40	1,70	10,10	61,40
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №322	50	8,00	7,20	8,30	130,80
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №219	110	4,10	6,70	25,00	179,30
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412	180	0,16	0,00	13,70	55,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Итого за прием пищи:	560	17,04	16,12	76,28	523,12
Уплотненный полдник					
БУЛОЧКА №39	50	4,70	7,00	26,20	185,60
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(КЕФИР)	150	5,00	4,16	6,70	190,00
Итого за прием пищи:	200	9,7	11,16	32,9	375,6
Всего за день:	1210	38,94	44,48	177,28	1388,42



Утверждаю:
Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

Согласовано:
Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103	150	7,25	11,42	23,70	183,80
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60
Итого за прием пищи:	345	14,15	19,62	48,90	389,70
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,10	9,80	41,70
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43	150	3,30	3,16	9,80	80,90
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319	150	7,50	4,80	13,90	100,10
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Итого за прием пищи:	520	14,18	8,48	54,48	323,32
Уплотненный полдник					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а	150	4,90	4,30	14,00	118,30
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
Итого за прием пищи:	320	6,46	4,50	34,94	210,02
Всего за день:	1285	35,29	32,70	148,12	964,74

Утверждаю:
Директор:



Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

18.12.2025

Согласовано:
Директор:



Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85	150	6,30	8,32	19,80	112,62
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)	40/10	3,20	7,50	20,20	169,50
ЧАЙ С САХАРОМ №411	150	0,00	0,00	11,30	45,00
Итого за прием пищи:	350	9,50	15,82	51,30	327,12
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	100	0,50	0,13	9,80	41,70
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,10	9,80	41,70
Обед					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47	150	1,90	3,80	6,20	61,20
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ),(говядина) №304	50/30	3,40	3,80	4,30	64,60
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110	6,20	4,60	28,00	182,70
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (изюм) № 53 а	150	0,00	0,00	11,60	46,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Итого за прием пищи:	530	14,38	12,64	66,58	437,92
Уплотненный полдник					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102	150	4,30	7,40	30,90	213,40
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,80	4,90	37,20	208,50
ЧАЙ С МОЛОКОМ №413	150	2,30	1,90	11,70	73,20
Итого за прием пищи:	350	10,40	14,20	79,80	495,10
Всего за день:	1330	34,78	42,76	207,48	1301,84

Утверждаю:

Директор:



Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

19.12.2025

Согласовано:

Директор:



Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150	4,50	2,60	24,30	134,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414	150	2,50	1,50	10,60	64,30
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)	30/20	4,40	6,70	14,60	141,60
Итого за прием пищи:	350	11,40	10,80	49,50	339,90
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386	100	0,40	0,40	9,50	45,60
Итого за прием пищи:	100	0,40	0,40	9,50	45,60
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30	0,50	0,08	2,70	12,90
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63	150	1,20	3,00	7,50	61,80
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321	130	22,00	20,50	19,00	340,70
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53	150	0,00	0,00	11,60	46,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6	20	1,56	0,20	9,64	46,72
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ № 68	20	1,32	0,24	6,84	36,20
Итого за прием пищи:	500	26,58	24,02	57,28	544,82
Уплотненный полдник					
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154	100/30	10,10	9,20	26,20	209,60
КАКАО С МОЛОКОМ №416	150	3,10	2,70	13,10	89,10
Итого за прием пищи:	280	13,20	11,90	39,30	298,70
Всего за день:	1230	51,58	47,12	155,58	1229,02