



01. 11. 2025



**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                        |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>350</b>   | <b>10,20</b>     | <b>11,60</b> | <b>55,10</b>  | <b>367,80</b>                 |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |              |               |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13         | 9,80          | 41,70                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>100</b>   | <b>0,50</b>      | <b>0,10</b>  | <b>9,80</b>   | <b>41,70</b>                  |
| 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                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>540</b>   | <b>14,84</b>     | <b>11,18</b> | <b>57,92</b>  | <b>360,52</b>                 |
| 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                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>275</b>   | <b>8,20</b>      | <b>4,80</b>  | <b>98,80</b>  | <b>400,70</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>                                                                                                  | <b>1265</b>  | <b>33,74</b>     | <b>27,68</b> | <b>221,62</b> | <b>1170,72</b>                |

Директор:

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

**Согласовано:**

Директор:

## 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 пшеница 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                        |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>345</b>   | <b>14,15</b>     | <b>19,62</b> | <b>48,90</b>  | <b>389,70</b>                 |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |              |               |                               |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13         | 9,80          | 41,70                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>100</b>   | <b>0,50</b>      | <b>0,10</b>  | <b>9,80</b>   | <b>41,70</b>                  |
| 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                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>520</b>   | <b>14,18</b>     | <b>8,48</b>  | <b>54,48</b>  | <b>323,32</b>                 |
| 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                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>320</b>   | <b>6,46</b>      | <b>4,50</b>  | <b>34,94</b>  | <b>210,02</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>                                                                                                  | <b>1285</b>  | <b>35,29</b>     | <b>32,70</b> | <b>148,12</b> | <b>964,74</b>                 |





Утверждаю:

Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием

06.11.2025



Согласовано:

Директор:

Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием

9 день

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>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:



10.11.2025

Согласовано:

Директор:



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

1 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>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.

11.11.2015

Согласовано:

Директор:



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

2 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>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<br>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.

13.11.2025

Согласовано:

Директор:

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

4 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>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.

14.11.2025

Согласовано:

Директор: \_\_\_\_\_

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

5 день

| Прием пищи, наименование блюда                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>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.

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

6 день



Согласовано:  
Директор:

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>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<br>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<br>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.

20.11.2025



Согласовано:  
Директор:

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

9 день

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>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.

27.11.2025

Согласовано:

Директор:

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

10 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>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                          |



Директор:



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                        |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>350</b>   | <b>13,50</b>     | <b>16,40</b> | <b>59,10</b>  | <b>434,35</b>                 |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |              |               |                               |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                            | 100          | 0,40             | 0,40         | 9,50          | 45,60                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>100</b>   | <b>0,40</b>      | <b>0,40</b>  | <b>9,50</b>   | <b>45,60</b>                  |
| 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                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>520</b>   | <b>12,78</b>     | <b>9,12</b>  | <b>50,58</b>  | <b>302,12</b>                 |
| 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                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>330</b>   | <b>7,40</b>      | <b>4,60</b>  | <b>39,86</b>  | <b>234,88</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>                                                                                                  | <b>1300</b>  | <b>34,08</b>     | <b>30,52</b> | <b>159,04</b> | <b>1016,95</b>                |

Утверждаю:

Директор:



Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием

25.11.2025

Согласовано:

Директор:



Ежедневное меню 1-3 лет с 12-часовым пребыванием

2 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>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.

26.11.2025

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

3 день



| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>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                          |



27. 11. 2025

**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   |                               |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                         |              |                  |              |               |                               |
| 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                        |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>350</b>   | <b>11,40</b>     | <b>10,80</b> | <b>49,50</b>  | <b>339,90</b>                 |
| <b>II Завтрак</b>                                                                                                      |              |                  |              |               |                               |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                            | 100          | 0,40             | 0,40         | 9,50          | 45,60                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>100</b>   | <b>0,40</b>      | <b>0,40</b>  | <b>9,50</b>   | <b>45,60</b>                  |
| <b>Обед</b>                                                                                                            |              |                  |              |               |                               |
| 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                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>500</b>   | <b>27,68</b>     | <b>24,02</b> | <b>69,88</b>  | <b>595,82</b>                 |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                                                                             |              |                  |              |               |                               |
| 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                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                            | <b>280</b>   | <b>12,40</b>     | <b>11,10</b> | <b>37,90</b>  | <b>282,80</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>                                                                                                  | <b>1230</b>  | <b>51,88</b>     | <b>46,32</b> | <b>166,78</b> | <b>1264,12</b>                |



Директор:

**Согласовано:**

Директор:

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

## 5 день

| Прием пищи, наименование блюда                            | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая<br>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                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                               | <b>345</b>   | <b>10,70</b>     | <b>15,02</b> | <b>45,70</b>  | <b>299,22</b>                    |
| II Завтрак                                                |              |                  |              |               |                                  |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                         | 100          | 0,50             | 0,13         | 9,80          | 41,70                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                               | <b>100</b>   | <b>0,50</b>      | <b>0,10</b>  | <b>9,80</b>   | <b>41,70</b>                     |
| 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                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                               | <b>475</b>   | <b>14,58</b>     | <b>9,44</b>  | <b>49,68</b>  | <b>347,02</b>                    |
| 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                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                               | <b>330</b>   | <b>9,59</b>      | <b>11,72</b> | <b>49,46</b>  | <b>298,88</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                     | <b>1250</b>  | <b>35,37</b>     | <b>36,28</b> | <b>154,64</b> | <b>986,82</b>                    |