

|                                                         |                                                             |
|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| <p>УТВЕРЖДАЮ<br/>Заведующий ДОУ</p> <p>Н.В. Еремينا</p> |                                                             |
| <p>САД</p> <p>масса<br/>порц. гр</p> <p>180</p>         | <p>ЯСЛИ</p> <p>энерг.<br/>цен-ть,<br/>ккал</p> <p>182,7</p> |
| <p>масса<br/>порц. гр</p> <p>150</p>                    | <p>энерг.<br/>цен-ть,<br/>ккал</p> <p>152</p>               |

|                           | Наименование блюда                                   | САД            | ЯСЛИ                | энерг. цен-ть, ккал |                |
|---------------------------|------------------------------------------------------|----------------|---------------------|---------------------|----------------|
|                           |                                                      | масса порц. гр | энерг. цен-ть, ккал |                     | масса порц. гр |
| ЗАВТРАК                   | Каша из смеси круп (гречневая, пшено, геркулес)      | 180            | 182,7               | 150                 | 152,3          |
|                           | с маслом сливочным                                   | 4              |                     | 3                   |                |
|                           | Батон                                                | 40             |                     | 30                  |                |
|                           | с джемом                                             | 10             | 164,7               | 10                  | 152            |
|                           | и с маслом сливочным                                 | 5              |                     | 5                   |                |
|                           | Чай с сахаром                                        | 180            | 51,8                | 155                 | 30,5           |
| Аллергики                 | Каша из смеси круп (гречневая, пшено, геркулес)      | 180            | 143,4               |                     |                |
| ИТОГО завтрак             |                                                      | 419            | 399,2               | 353                 | 334,8          |
| 10:00                     | Коктейль молочный 2,5%                               | 100            | 75                  | 100                 | 75             |
| Аллергики                 | Напиток из шиповника                                 | 100            | 85                  |                     |                |
| ОБЕД                      | Икра кабачковая консервированная                     | 50             | 14,4                | 30                  | 8,64           |
|                           | Свекольник                                           | 180            |                     | 150                 |                |
|                           | с курицей,                                           | 6              | 111,8               | 6                   | 94,7           |
|                           | сметаной                                             | 5              |                     | 3                   |                |
|                           | Котлеты из птицы запеченные                          |                |                     | 50                  | 86,7           |
|                           | Рис припущенный                                      |                |                     | 110                 | 153,7          |
|                           | Соус молочный                                        |                |                     | 15                  | 12,2           |
|                           | Плов из птицы                                        | 200            | 374,6               |                     |                |
|                           | Компот из сухофруктов                                | 180            | 65,94               | 150                 | 49,34          |
|                           | Хлеб ржаной                                          | 30             | 50                  | 20                  | 33             |
|                           | Хлеб пшеничный йодированный                          | 20             | 47                  | 15                  | 35             |
| ИТОГО обед                |                                                      | 671            | 663,74              | 549                 | 473,28         |
| 15:00                     | Напиток витаминизированный "Витошка", в ассортименте | 50             | 20                  |                     |                |
| Уплотненный полдник       | Ватрушка Королевская с творогом                      | 150            | 371,3               | 130                 | 312,4          |
|                           | Пюре фруктовое(яблоко), заводская упаковка           |                |                     | 100                 | 33             |
|                           | Фрукты свежие (яблоко)                               | 100            | 46                  |                     |                |
|                           | Чай с молоком                                        | 200            | 104,2               | 150                 | 78,15          |
|                           | Хлеб пшеничный йодированный                          | 30             | 71                  | 15                  | 35             |
| Аллергики                 | Чай с сахаром                                        | 200            | 57                  |                     |                |
|                           | Фрукты свежие (банан)                                | 100            | 83                  |                     |                |
|                           | Биточки из тушки цыпленка бройлера, запеченные       | 70             | 121,4               |                     |                |
| ИТОГО уплотненный полдник |                                                      | 480            | 592,5               | 395                 | 458,55         |
| ИТОГО за ДЕНЬ             |                                                      | 1671           | 1750,4              | 1397                | 1341,6         |

**МЕНЮ**  
на **02 декабря 2025г.**  
**2 неделя 2 день**



|                                  | Наименование блюда                                                  | масса порц. гр | энерг. цен-ть, ккал | масса порц. гр | энерг. цен-ть, ккал |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------|----------------|---------------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                   | Каша молочная из кукурузной крупы с маслом сливочным                | 180<br>4       | 149                 | 150<br>3       | 138                 |
|                                  | Батон с маслом сливочным                                            | 40<br>5        | 88,7                | 30<br>5        | 76                  |
|                                  | Какао с молоком                                                     | 180            | 131                 | 165            | 116,5               |
|                                  |                                                                     |                |                     |                |                     |
| <b>Аллергики</b>                 | <i>Каша из кукурузной крупы</i>                                     | 180            | 109,7               |                |                     |
|                                  | <i>Чай с сахаром</i>                                                | 180            | 51,8                |                |                     |
| <b>ИТОГО завтрак</b>             |                                                                     | <b>409</b>     | <b>368,7</b>        | <b>353</b>     | <b>330,5</b>        |
| <b>10:00</b>                     | Фрукты свежие (банан)                                               | 100            | 83                  | 100            | 83                  |
| <b>ОБЕД</b>                      | Свежие овощи (огурец)                                               | 50             | 7                   | 30             | 4,2                 |
|                                  | Суп картофельный с крупой (геркулес), с мясом говядины, со сметаной | 180<br>6<br>5  | 130                 | 150<br>6<br>3  | 108,77              |
|                                  | Биточки мясные, запеченные                                          | 70             | 154                 | 50             | 114                 |
|                                  | Макароны отварные с маслом сливочным                                | 130            | 145                 | 110            | 116                 |
|                                  | Соус сметано-луковый                                                | 15             | 13,78               | 15             | 13,78               |
|                                  | Компот из сушеных яблок                                             | 180            | 55,9                | 150            | 46,62               |
|                                  | Хлеб пшеничный йодированный                                         | 20             | 47                  | 15             | 35                  |
|                                  | Хлеб ржаной                                                         | 30             | 50                  | 20             | 33                  |
| <b>Аллергики</b>                 | <i>Суп картофельный с крупой (геркулес), с курице, сметаной</i>     | 180<br>6<br>5  | 115,5               |                |                     |
|                                  | <i>Биточки из тушки цыпленка бройлера, запеченные</i>               | 70             | 121,4               |                |                     |
|                                  |                                                                     |                |                     |                |                     |
|                                  |                                                                     |                |                     |                |                     |
| <b>ИТОГО обед</b>                |                                                                     | <b>687</b>     | <b>602,68</b>       | <b>549</b>     | <b>471,37</b>       |
| <b>15:00</b>                     | Сок для детского питания (яблоко) заводская упаковка                | 150            | 65,33               | 130            | 56,62               |
| <b>Уплотненный полдник</b>       | Каша манная молочная с маслом сливочным                             | 150<br>3       | 165                 | 130<br>2       | 142,3               |
|                                  | Пирожки печеные с картошкой                                         | 75             | 191                 | 75             | 191                 |
|                                  | Хлеб пшеничный йодированный                                         | 30             | 71                  | 15             | 35                  |
|                                  | Чай с сахаром                                                       | 200            | 57                  | 150            | 29,5                |
|                                  |                                                                     |                |                     |                |                     |
| <b>Аллергики</b>                 | <i>Каша манная</i>                                                  | 150            | 132,3               |                |                     |
| <b>ИТОГО уплотненный полдник</b> |                                                                     | <b>458</b>     | <b>484</b>          | <b>372</b>     | <b>397,8</b>        |
| <b>ИТОГО за ДЕНЬ</b>             |                                                                     | <b>1653</b>    | <b>1603,7</b>       | <b>1374</b>    | <b>1339,3</b>       |

**МЕНЮ**  
на 03 декабря 2025г.  
2 неделя 3 день



|                           | Наименование блюда                                      | ЯСЛИ            |                     |                 |                     |
|---------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------|---------------------|
|                           |                                                         | масса порц., гр | энерг. цен-ть, ккал | масса порц., гр | энерг. цен-ть, ккал |
| ЗАВТРАК                   | Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным           | 180<br>4        | 190,5               | 150<br>3        | 157,1               |
|                           | Батон с маслом сливочным и сыром                        | 40<br>5<br>5    | 106,9               | 30<br>5<br>4    | 90,56               |
|                           | Чай с сахаром и лимоном                                 | 180<br>5        | 61,2                | 155<br>5        | 48,5                |
|                           | Аллергики <i>Каша геркулесовая</i>                      | 180             | 151,2               |                 |                     |
|                           | <i>Чай с сахаром</i>                                    | 180             | 51,8                |                 |                     |
| ИТОГО завтрак             |                                                         | 419             | 358,6               | 352             | 296,16              |
| 10:00                     | Пюре фруктовое(яблоко), заводская упаковка              |                 |                     | 100             | 33                  |
|                           | Фрукты свежие (апельсин)                                | 100             | 43                  |                 |                     |
| Аллергики                 | <i>Фрукты свежие (банан)</i>                            | 100             | 83                  |                 |                     |
| ОБЕД                      | Свекла отварная долькой                                 | 50              | 29                  | 30              | 23                  |
|                           | Щи из свежей капусты с картофелем, с курицей и сметаной | 180<br>6<br>5   | 104,6               | 150<br>6<br>3   | 89,6                |
|                           | Суфле из печени говядины                                |                 |                     | 50              | 126,85              |
|                           | Соус сметанный                                          |                 |                     | 15              | 10                  |
|                           | Печень по-строгановски                                  | 70/30           | 180                 |                 |                     |
|                           | Гречка рассыпчатая с маслом сливочным                   | 130             | 182                 | 110             | 140                 |
|                           | Компот из изюма                                         | 180             | 95,1                | 150             | 79,2                |
|                           | Хлеб пшеничный йодированный                             | 20              | 47                  | 15              | 35                  |
|                           | Хлеб ржаной                                             | 30              | 50                  | 20              | 33                  |
| Аллергики                 | <i>Биточки из тушки цыпленка бройлера, запеченные</i>   | 70              | 121,4               |                 |                     |
| ИТОГО обед                |                                                         | 704             | 687,7               | 549             | 536,65              |
| 15:00                     | Напиток витаминизированный "Витошка", в ассортименте    | 50              | 20                  |                 |                     |
| Уплотненный полдник       | Омлет натуральный с маслом сливочным                    | 150<br>3        | 246                 | 130<br>3        | 213,3               |
|                           | Салат из кукурузы (консервированной)                    | 15              | 17,5                | 15              | 17,5                |
|                           | Кондитерское изделие (печенье)                          | 40              | 125                 | 20              | 62,5                |
|                           | Хлеб пшеничный йодированный                             | 30              | 71                  | 15              | 35                  |
|                           | Молоко питьевое пастеризованное 2,5%                    | 200             | 109                 | 180             | 99                  |
| Аллергики                 | <i>Биточки из тушки цыпленка бройлера, запеченные</i>   | 70              | 121,4               |                 |                     |
|                           | <i>Чай с сахаром</i>                                    | 200             | 57                  |                 |                     |
| ИТОГО уплотненный полдник |                                                         | 438             | 568,5               | 365             | 427,3               |
| ИТОГО за ДЕНЬ             |                                                         | 1661            | 1677,8              | 1366            | 1293,1              |

**МЕНЮ**  
на **04 декабря 2025г.**  
**2 неделя 4 день**



Н.В.Еремина

|                                  | Наименование блюда                                    | САД            | ЯСЛИ                | энерг. цен-ть, ккал | энерг. цен-ть, ккал |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------|---------------------|---------------------|---------------------|
|                                  |                                                       | масса порц. гр | энерг. цен-ть, ккал | масса порц. гр      |                     |
| <b>ЗАВТРАК</b>                   | Каша пшениная молочная с маслом сливочным             | 180<br>4       | 187,2               | 150<br>3            | 156,2               |
|                                  | Батон с маслом сливочным                              | 40<br>5        | 107,8               | 30<br>5             | 76                  |
|                                  | Кофейный напиток с молоком                            | 180            | 99,32               | 165                 | 85                  |
|                                  |                                                       |                |                     |                     |                     |
| <b>Аллергики</b>                 | <i>Каша пшениная</i>                                  | 180            | 147,7               |                     |                     |
|                                  | <i>Чай с сахаром</i>                                  | 180            | 51,8                |                     |                     |
| <b>ИТОГО завтрак</b>             |                                                       | <b>409</b>     | <b>394,32</b>       | <b>353</b>          | <b>317,2</b>        |
| <b>10:00</b>                     | Пюре фруктовое(яблоко), заводская упаковка            |                |                     | <b>100</b>          | <b>33</b>           |
|                                  | Фрукты свежие (яблоко)                                | <b>100</b>     | <b>46</b>           |                     |                     |
| <b>Аллергики</b>                 | <i>Фрукты свежие (банан)</i>                          | 100            | 83                  |                     |                     |
| <b>ОБЕД</b>                      | Свежие овощи (помидоры)                               | 50             | 9,95                | 30                  | 3,98                |
|                                  | Суп Харчо с мясом говядины, сметаной                  | 180<br>6<br>5  | 130,5               | 150<br>6<br>3       | 108,77              |
|                                  | Рулет из рыбы                                         | 80             | 150                 | 50                  | 94                  |
|                                  | Соус сметанно-томатный                                | 15             | 12,2                | 15                  | 12,2                |
|                                  | Пюре картофельное                                     | 130            | 122,2               | 110                 | 117                 |
|                                  | Кисель из свежемороженых ягод                         | 180            | 128                 | 150                 | 106,7               |
|                                  | Хлеб пшеничный йодированный                           | 20             | 47                  | 15                  | 35                  |
|                                  | Хлеб ржаной                                           | 30             | 50                  | 20                  | 33                  |
|                                  |                                                       |                |                     |                     |                     |
| <b>Аллергики</b>                 | <i>Суп с картофелем, курицей</i>                      | 180<br>6       | 118,5               |                     |                     |
|                                  | <i>Биточки из тушки цыпленка бройлера, запеченные</i> | 70             | 121,4               |                     |                     |
|                                  |                                                       |                |                     |                     |                     |
| <b>ИТОГО обед</b>                |                                                       | <b>696</b>     | <b>649,85</b>       | <b>549</b>          | <b>510,65</b>       |
| <b>15:00</b>                     | Сок для детского питания (яблоко) заводская упаковка  | 150            | <b>65,33</b>        | 130                 | <b>56,62</b>        |
| <b>Уплотненный полдник</b>       | Каша гречневая с овощами                              | 150            | 214,8               | 130                 | 186,1               |
|                                  | Булочка молочная                                      | 50             | 95,8                | 50                  | 95,8                |
|                                  | Хлеб пшеничный йодированный                           | 30             | 71                  | 15                  | 35                  |
|                                  | Чай с молоком                                         | 180            | 88,2                | 150                 | 78,15               |
| <b>Аллергики</b>                 | <i>Чай с сахаром</i>                                  | 180            | 51,8                |                     |                     |
| <b>ИТОГО уплотненный полдник</b> |                                                       | <b>410</b>     | <b>469,8</b>        | <b>345</b>          | <b>395,05</b>       |
| <b>ИТОГО за ДЕНЬ</b>             |                                                       | <b>1666</b>    | <b>1625,3</b>       | <b>1347</b>         | <b>1312,5</b>       |

**МЕНЮ**  
на **05 декабря 2025г.**  
**2 неделя 5 день**



|                                     | Наименование блюда                                        | УТВЕРЖДАЮ<br>Заведующий ДОУ<br>Н.В. Еремина |                           |                           |                           |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
|                                     |                                                           | САД<br>масса<br>порц.,гр                    | энерг.<br>цен-ть,<br>ккал | ЯСЛИ<br>масса<br>порц.,гр | энерг.<br>цен-ть,<br>ккал |
| <b>ЗАВТРАК</b>                      | Каша рисовая молочная<br>с маслом сливочным               | 180<br>4                                    | 187,2                     | 150<br>3                  | 157                       |
|                                     | Батон<br>с маслом сливочным<br>и сыром                    | 40<br>5<br>5                                | 126                       | 30<br>5<br>4              | 90,56                     |
|                                     | Чай с сахаром                                             | 180                                         | 51,8                      | 160                       | 31,4                      |
|                                     | <b>Аллергики</b> <i>Каша рисова</i>                       | 180                                         | 148                       |                           |                           |
| <b>ИТОГО завтрак</b>                |                                                           | <b>414</b>                                  | <b>365</b>                | <b>352</b>                | <b>278,96</b>             |
| <b>10:00</b>                        | БИО Йогурт питьевой 2,5%                                  | 100                                         | 96                        | 100                       | 96                        |
| <b>Аллергики</b>                    | <i>Напиток из шиповника</i>                               | 100                                         | 85                        |                           |                           |
| <b>ОБЕД</b>                         | Свежие овощи (огурец)                                     | 50                                          | 7                         | 30                        | 4,2                       |
|                                     | Суп из овощей<br>с курицей<br>и сметаной                  | 180<br>6<br>5                               | 100,3                     | 150<br>6<br>3             | 89,5                      |
|                                     | Шамля с куриным фаршем                                    | 200                                         | 324                       | 160                       | 259                       |
|                                     | Компот из сухофруктов                                     | 180                                         | 55,94                     | 150                       | 49,34                     |
|                                     | Хлеб пшеничный йодированный                               | 20                                          | 47                        | 15                        | 35                        |
|                                     | Хлеб ржаной                                               | 30                                          | 50                        | 20                        | 33                        |
|                                     | <b>ИТОГО обед</b>                                         | <b>671</b>                                  | <b>584,24</b>             | <b>534</b>                | <b>470,04</b>             |
| <b>15:00</b>                        | Напиток витаминизированный<br>"Витошка", в ассортименте   | 50                                          | 20                        |                           |                           |
| <b>Уплотнен<br/>ный<br/>полдник</b> | Пудинг творожно-манный<br>с молоком сгущенным             | 150<br>15                                   | 313                       | 130<br>15                 | 248,4                     |
|                                     | Фрукты свежие (банан)                                     | 100                                         | 83                        | 95                        | 79                        |
|                                     | Хлеб пшеничный йодированный                               | 30                                          | 71                        | 15                        | 35                        |
|                                     | Молоко питьевое пастеризованное 2,5%                      | 180                                         | 99                        | 150                       | 82                        |
| <b>Аллергики</b>                    | <i>Чай с сахаром</i>                                      | 180                                         | 51,8                      |                           |                           |
|                                     | <i>Биточки из тушки цыпленка бройлера,<br/>запеченные</i> | 70                                          | 121,4                     |                           |                           |
| <b>ИТОГО уплотненный полдник</b>    |                                                           | <b>475</b>                                  | <b>566</b>                | <b>410</b>                | <b>444,4</b>              |
| <b>ИТОГО за ДЕНЬ</b>                |                                                           | <b>1660</b>                                 | <b>1631,2</b>             | <b>1396</b>               | <b>1289,4</b>             |