



Дата 03.02.2026

	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)		
		1 до 3	3 до 7	
<u>Завтрак</u>				
Каша пшениная мол.	150-200	131,26	283,4	
Бутерброд с повидлом	30/20 40/20	127	184	
Какао с молоком	150-200	134,2	184,93	
<u>2 завтрак</u>				
Сок	100-120	42,22	72,77	
<u>Обед</u>				
Салат из свеклы	35-60	34,4	58,97	
Щи	150-250	57,3	83,66	
Гуляш	50-70	85,2	119,3	
Макароны отварные	110-150	230,9	312,9	
Компот из с/ф	150-200	40,8	48,96	
Хлеб ржаной	40-50	67,66	84,58	
Хлеб пшеничный	30-40	77,43	103,24	
<u>Полдник</u>				
Гречка с сахаром	150	230,45	234,45	
Чай с сахаром	150-200	46,98	68,63	

(СанПин – Приложение 8.1.7.)

Медицинская сестра Голубничая Л.В.

Л.В. Голубничая



Дата 02.02.2026

	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)		
		1 до 3	3 до 7	
<u>Завтрак</u>				
Каша манная мол.	150-200	159,41	246,8	
Бутерброд с маслом	5/30 5/40	108	144	
Кофейный напиток с мол.	150-200	134,2	184,93	
<u>2 завтрак</u>				
Сок	100-120	42,22	72,77	
<u>Обед</u>				
Суп с лапшой на кур.бульоне	150-250	48	83,19	
Жаркое по- домашнему	150-170	222,93	315,2	
Компот из с/ф	150-200	40,8	48,96	
Хлеб ржаной	40-50	67,66	84,58	
Хлеб пшеничный	30-40	77,43	103,24	
<u>Полдник</u>				
Пирог с повидлом	60	192,3	192,3	
Чай с сахаром	150-200	46,98	68,63	

(СанПин – Приложение 8.1.7.)

Медицинская сестра Голубничая Л.В.

Л.В. Голубничая

Утвержден
и.о. Заведующего
/Н.Г.С.
Меню

Дата 04.05.2026

Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)		
	1 до 3	3 до 7	
<u>Завтрак</u>			
Вермишель молочная	150-200	184,87	243,8
Бутерброд с сыром	20/30 20/40	145	193,33
Кофейный напиток с мол.	150-200	134,2	184,93
<u>2 завтрак</u>			
Сок	100-120	42,22	72,77
<u>Обед</u>			
Салат	35/60	41,7	61,9
Витаминный			
Свекольник	150-250	89,42	133,23
Жаркое по-домашнему	150-170	222,93	315,2
Компот из с/ф	150-200	40,8	48,96
Хлеб ржаной	40-50	67,66	84,58
Хлеб пшеничный	30-40	77,43	103,24
<u>Полдник</u>			
Плюшка	50	97,00	97,00
Чай с сахаром	150-200	46,98	68,63
.			

(СанПин – Приложение 8.1.7.)

Медицинская сестра Голубничая Л.В.

26

Меню

и.о.заведующего

Дата 04.05.2026

Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)		
	1 до 3	3 до 7	
<u>Завтрак</u>			
Каша рисовая мол.	150-250	157,9	225,9
Бутерброд с маслом	5/30 5/40	108	144
Какао с молоком	150-200	134,2	184,93
<u>2 завтрак</u>			
Сок	100-120	42,22	72,77
<u>Обед</u>			
Рассольник Ленинградский	150-250	67,98	113,3
Тефтели	50-80	133,8	199,19
Пюре гороховое	100-150	194,06	291,09
Компот из с/ф	150-200	40,8	48,96
Хлеб ржаной	40-50	67,66	84,58
Хлеб пшеничный	30-40	77,43	103,24
<u>Полдник</u>			
Гренки	55	124	124
Чай с сахаром	150-200	46,98	68,63

(СанПин – Приложение 8.1.7.)

Медицинская сестра Голубничая Л.В.

Дата 09.02.2026г.

Меню

Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)		
	1 до 3	3 до 7	
Завтрак			
Каша манная мол.	150-200	159,41	246,8
Бутерброд с маслом	5/30 5/40	108	144
Какао с молоком	150-200	134,2	184,93
2 завтрак			
Сок	100-120	42,22	72,77
Обед			
Суп курин. с клецками	150-250	74,277	132,79 5
Плов с курицей	150-200	194,12	395,5
Компот из с/ф	150-200	40,8	48,96
Хлеб ржаной	40-50	67,66	84,58
Хлеб пшеничный	30-40	77,43	103,24
Полдник			
Омлет	90	115,7	115,7
Чай с сахаром	150-200	46,98	68,63

(СанПин – Приложение 8.1.7.)

Медицинская сестра Голубничая Л.В.

Л.В. Голубничая

Дата 06.02.2026г.

Меню

Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)		
	1 до 3	3 до 7	
Завтрак			
Каша дружба	150-200	148,61	197,31
Бутерброд с маслом	5/30 5/40	108	144
Кофейный напиток с мол.	150-200	134,2	184,93
2 завтрак			
Сок	100-120	42,22	72,77
Обед			
Суп картоф. С крупой	150-250	71,4	119,0
Капуста тушеная с мясом	150-200	201,0	269,0
Компот из с/ф	150-200	40,8	48,96
Хлеб ржаной	40-50	67,66	84,58
Хлеб пшеничный	30-40	77,43	103,24
Полдник			
Кондитерское изделие	35	141,57	141,57
Чай с сахаром	150-200	46,98	68,63

(СанПин – Приложение 8.1.7.)

Медицинская сестра Голубничая Л.В.

Л.В. Голубничая

Утверждаю
 и.о. Заведующего МБДОУ ДС №1
 /Н.Г. Синцева/

 Меню

Дата 10.02.2026

	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)		
		1 до 3	3 до 7	
<u>Завтрак</u>				
Каша пшениная мол.	150-200	131,26	283,4	
Бутерброд с сыром	20/30 20/40	145	193,33	
Кофейный напиток с мол.	150-200	134,2	184,93	
<u>2 завтрак</u>				
Сок	100-120	42,22	72,77	
<u>Обед</u>				
Салат из свеж.капусты	35-60	32,3	49,56	
Суп гороховый с гречками	150-250	81	135	
Тетели	50-70	125,07	175,1	
Макароны отварные	110-150	230,9	312,9	
Компот из с/ф	150-200	40,8	48,96	
Хлеб ржаной	40-50	67,66	84,58	
Хлеб пшеничный	30-40	77,43	103,24	
<u>Полдник</u>				
Плюшка	50	97,00	97,00	

(СанПин –Приложение 8.1.7.)
 Медицинская сестра Голубничая Л.В. 