



Согласовано:
Заведующий

09.06.2026

дата _____

Ежедневное меню

для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10 часовым пребыванием
возрастной группы от 3 до 7 лет.

ДЕНЬ 7

Завтрак

Каша жидкая молочная с крупой рисовой (с маслом и сахаром)	185	4,66	7,52	25,79	146,02	189
Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0	11,9	48,71	393
Бутерброд с маслом сливочным	35	2,66	1,28	40,45	165,27	2
Итого за прием пищи:	400	7,44	8,8	78,14	360	

2 Завтрак

Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	82,8	
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	82,8	

Обед

Борщ с капустой с картофелем на курином бульоне со сметаной	185	1,46	4,34	7,34	77,05	57
Котлеты, биточки,шницели	70	9,8	22,31	16,67	217,88	272
Пюре картофельное с маслом сливочным	130	2,65	4,48	17,96	123,12	321
Капуста шинкованная с морковью	50	0,85	0,53	3,05	20,98	39
Компот из свежих плодов(яблоки)	180	0,1	0,1	14,18	68,07	48
Хлеб пшеничный	25	1,91	0,16	12,55	59,21	
Хлеб ржаной	25	1,66	0,22	10,6	50,99	
Итого за прием пищи:	665	18,43	32,14	82,35	617,3	

Полдник

Булочка Российская	75	5,5	6,47	36,55	179,89	467
Кисломолочный продукт	180	5,32	4,59	7,34	97,31	435
Итого за прием пищи:	255	10,82	11,06	43,89	277,2	

Согласовано
Заведующей



10.06.2026

дата _____

Ежедневное меню

для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10 часовым пребыванием
возрастной группы от 3 до 7 лет.

ДЕНЬ 8

Завтрак

Каша жидкая молочная из манной крупы(с маслом и сахаром)	180	5,3	6,5	28,36	138,22	189
Кофейный напиток с молоком	200	1,54	1,21	15,9	80,97	395
Бутерброд с маслом сливочным	40	2,62	11,18	29,59	148,01	1
Итого за прием пищи:	420	9,46	18,89	73,85	367,2	

2 Завтрак

Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	82,82	
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,8	82,82	

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на курином бульоне	185	3,41	6,29	9,1	132,37	66
Тефтели из птицы в томатном соусе	70/20	9,78	10,31	12,73	146,59	285
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	5,36	4,01	24,23	130,86	184
Свекла отварная	50	0,73	0,05	4,27	20,37	135
Компот из смеси сухофруктов	180	0	0	11,62	46,44	402
Хлеб пшеничный	30	2,29	0,19	15,05	71,05	
Хлеб ржаной	30	1,99	0,26	12,72	61,19	
Итого за прием пищи:	695	23,56	23,64	89,72	608,87	

Полдник

Пирожок с повидлом	75	4,59	6,06	41,22	178,52	472
Молоко кипяченое	180	5,3	4,57	8,77	98,68	400
Итого за прием пищи:	255	9,89	10,63	49,99	277,2	

Согласовано:
Заведующий



11.06.2026

дата _____

Ежедневное меню

для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10 часовым пребыванием
возрастной группы от 3 до 7 лет.

ДЕНЬ 9

Завтрак

Каша жидкая молочная из овсяной крупы (с маслом или сахаром)	180	6,88	11,5	29,94	184,51	189
Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0	11,9	48,71	393
Бутерброд с маслом сливочным	35	2,63	4,44	39,41	133,98	2
Итого за прием пищи:	395	9,63	15,94	81,25	367,2	

2 Завтрак

Сок фруктовый	100	0,49	0,1	9,8	49,49	
Итого за прием пищи:	100	0,49	0,1	9,8	49,49	

Обед

Суп картофельный с фрикадельками	180	5,68	4,66	14,51	107,41	111
Мясо тушеное с овощами в соусе(духовое)	200	10,14	23,52	23,53	316,67	167
Салат витаминный	50	0,74	0,53	2,99	20,3	41
Кисель из свежих плодов(яблоки)	180	0,11	0,1	17,81	82,62	405
Хлеб пшеничный	25	1,91	0,16	12,55	59,21	
Хлеб ржаной	25	1,66	0,22	10,6	50,99	
Итого за прием пищи:	660	20,24	29,19	81,99	637,2	

Полдник

Оладьи со сметаной	115	7,48	5,48	50,9	204,41	449
Чай с молоком	180	1,45	1,16	14,06	72,79	
Итого за прием пищи:	295	8,93	6,64	64,96	277,2	