



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 20 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11.30	12.58	51.78	344.21
Для бутерброда:					
батон Особый	18.00	1.40	0.20	8.10	40.50
Сыр Сулугуни	12.00	3.00	3.40	0.00	32.40
Суп молочный с макаронными изделиями	180	5.81	8.76	29.36	205.64
Чай с сахаром	180.00	0.20	0.05	5.06	21.47
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20.00	0.89	0.17	9.26	44.20
Второй завтрак		0.43	0.09	13.68	67.53
Напиток из изюма	180	0.43	0.09	13.68	67.53
Обед		20.14	18.85	86.97	607.41
Овощи свежие	60	0.40	0.05	1.25	7.00
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	5.32	9.95	20.45	126.70
Куручка тушеная с овощами	70	6.10	4.63	3.73	158.84
Гречка рассыпчатая отварная	130	6.08	3.76	29.85	170.1
Компот из вишни	180	0.23	0.07	10.85	45.32
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.2
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25
Полдник		8.25	8.57	40.17	261.8
Лепешка сметанная	70	7.98	8.52	29.70	218.28
Чай "Витаминный"	200	0.27	0.05	10.47	43.52
Итого:		40.12	40.09	192.60	1280.95



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 1 день

Дети 3-7 лет
2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		13.26	18.62	49.68	391.87
Запеканка творожная с повидлом или джемом	50/15	3.32	6.30	12.72	113.50
Каша рисовая молочная	180	5.95	8.65	18.20	158.67
Какао с молоком	180	3.10	3.50	9.50	75.50
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Второй завтрак		0.40	0.20	13.52	66.00
Отвар из плодов шиповника	180	0.40	0.2	13.52	66.00
Обед		19.73	24.12	94.89	646.84
Салат из отварной свеклы	60	0.80	2.10	3.50	40.40
Суп-пюре из разных овощей	180	2.17	8.02	18.00	151.58
Фрикасе из птицы	70	9.63	9.50	5.90	132.04
Макароны отварные	130	4.99	4.01	39.32	192.12
Напиток из яблочно-ягодной смеси	180	0.13	0.10	7.33	31.25
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25
Полдник		8.49	9.41	38.7	261.11
Конвертик творожный	50	8.29	9.36	33.64	239.64
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	5.06	21.47
Итого:		41.88	52.35	196.79	1365.82



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 1 день

Дети с 3-7 лет
2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		13.26	18.62	49.68	391.87
Запеканка творожная с повидлом или джемом	50/15	3.32	6.30	12.72	113.50
Каша рисовая молочная	180	5.95	8.65	18.2	158.67
Какао с молоком	180	3.1	3.5	9.5	75.5
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.2
Второй завтрак		0.4	0.2	13.52	66
Отвар из плодов шиповника	180	0.40	0.2	13.52	66.00
Обед		19.73	24.12	94.89	646.84
Салат из отварной свеклы	60	0.80	2.10	3.50	40.40
Суп-пюре из разных овощей	180	2.17	8.02	18.00	151.58
Фрикасе из птицы	70	9.63	9.50	5.90	132.04
Макароны отварные	130	4.99	4.01	39.32	192.12
Напиток из яблочно-ягодной смеси	180	0.13	0.10	7.33	31.25
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25
Полдник		8.49	9.41	38.7	261.11
Конвертик творожный	50	8.29	9.36	33.64	239.64
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	5.06	21.47
Итого:		41.88	52.35	196.79	1365.82



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 2 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11.31	12.37	50.21	360.31
Для бутерброда:					
батон Особый	18.00	1.40	0.20	8.10	40.50
масло сливочное 72,5%	5.00	0.1	3.6	0.1	33.1
Каша молочная манная	180.00	6.02	6.90	24.95	188.71
Чай с молоком	180	2.90	1.50	7.80	53.80
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Второй завтрак		0.72	0.72	13.64	75.60
Сок	180	0.72	0.72	13.64	75.60
Обед		19.83	21.86	92.01	643.49
Суп с крупой, овощами и птицей	180	4.65	13.56	24.80	242.79
Колбаска мясная	70	2.69	4.16	16.63	105.79
Пюре картофельное	130	10.36	3.63	21.91	132.88
Компот из яблок	180	0.12	0.12	7.83	62.58
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25
Полдник		14.08	14.35	42.41	343.75
Язычок слоеный с сахаром	50	8.28	9.35	32.81	235.75
Молоко кипяченое	200	5.80	5.00	9.60	108.00
Итого:		45.94	49.30	198.27	1423.15

Зав. Столовой _____



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 3 день

Дети 3-7 лет

« » 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11.34	12.57	49.68	373.70
Для бутерброда:					
масло сливочное 72,5%	5.00	0.10	3.60	0.10	33.10
Повидло	10.00	0.00	0.00	6.30	25.20
батон Особый	18.00	1.40	0.20	8.10	40.50
Омлет натуральный	150	6.85	6.20	15.02	152.30
Кофейный напиток с молоком	200	2.10	2.40	10.90	78.40
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Второй завтрак		0.43	0.09	13.60	59.55
Напиток из сухофруктов	180	0.43	0.09	13.6	59.55
Обед		20.05	26.56	89.92	691.55
Икра кабачковая	60	0.60	3.50	3.70	48.50
Щи из свежей капусты с птицей, сметаной	180	5.20	5.70	22.58	191.14
Гречка по купечески	150	12.01	16.9	35.93	323.01
Напиток из вишни	180	0.23	0.07	6.87	29.45
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25
Полдник		8.48	8.69	38.29	276.43
Булочка ванильная	50	8.45	8.69	33.21	256
Чай с сахаром и лимоном	200	0.03	0.00	5.08	20.43
Итого:		40.30	47.91	191.49	1401.23



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 4 день

Дети 3-7 лет
2026г.

« »

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11.30	12.58	51.78	344.21
Для бутерброда:					
батон Особый	18.00	1.40	0.20	8.10	40.50
Сыр Сулугуни	12.00	3.00	3.40	0.00	32.40
Суп молочный с макаронными изделиями	180	5.81	8.76	29.36	205.64
Чай с сахаром	180	0.20	0.05	5.06	21.47
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Второй завтрак		0.78	0.04	13.63	64.09
Напиток из кураги	180	0.78	0.04	13.63	64.09
Обед		19.84	23.03	87.86	655.86
Яйцо отварное	180	5.20	4.80	4.50	62.80
Борщ на курином бульоне со сметаной	180	4.55	4.87	18.89	203.67
Жаркое с птицей	200	7.95	12.87	36.3	258.69
Компот из яблок и ягод	180	0.13	0.1	7.33	31.25
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	0.89	0.17	9.26	44.20
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	1.12	0.22	11.58	55.25
Полдник		8.49	9.42	39.64	268.67
Пирог "Зебра"	60	8.33	9.42	31.25	235.64
Отвар из плодов шиповника	200	0.16	0.00	8.39	33.03

Итого:		40.41	45.07	192.91	1332.83
---------------	--	--------------	--------------	---------------	----------------

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____