

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова



Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 28.10.2025 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая вязкая	150	8,73	13,95	2,29	166	216
	Кофейный напиток с молоком	180	2,56	2,17	12,92	17	395
	Бутерброд с маслом	20/5	1,63	10,10	10,23	123,5	1
ИТОГО	-	355	14,25	29,31	28,07	397,5	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ИТОГО	-	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ОБЕД	Суп гороховый на тушенке	150	1,08	3,28	7,96	69	19
	Отварные макароны с яйцом	130/20	6,57	4,69	11,91	222	302
	Компот из изюма	150	0,45	0,0	26,17	102	408
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	3,02	0,73	21,64	99	4
ИТОГО	-	500	26,43	14,73	95,39	626	-
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Гречка с маслом	180	88,83	9,83	31,29	252	183
	Чай с сахаром	180	6,87	6,12	11,37	12,78	400
	Печенье	50	3,29	2,13	31,51	159	458
	Хлеб пшенич	30	2,64	3,38	7,97	68	2/7
ИТОГО	-	400	15,18	16,42	77,02	538	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1407	64,87	67,09	252	1869,2	-

Стоимость 210 руб 36 коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова



Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 28.10.2025 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая вязкая	200	11,64	18,6	3,05	221	216
	Кофейный напиток с молоком	200	4,2	3,62	17,28	119	397
	Бутерброд с маслом	30/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	435	19,72	39,45	38,67	583	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ИТОГО	-	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ОБЕД	Суп гороховый на тушенке	180	1,28	3,94	9,20	77	19
	Отварные макароны с яйцом	160/20	9,09	6,50	16,49	308	302
	Компот из изюма	180	0,45	0,0	26,17	102	408
	Хлеб пшеничный/ржаной	50	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	530	35,16	21,45	116,6	783	-
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Гречка с маслом	200	9,42	10,49	33,29	265	183
	Чай с сахаром	200	7,63	6,80	12,63	142	400
	Печенье	50	3,29	2,13	31,51	159	458
	Хлеб пшенич	30	3,54	4,45	9,46	92	2/7
ИТОГО	-	487	13,11	15,01	66,90	474	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1752	77,83	83,04	281	2184	-

Стоимость 210 руб 92 коп.

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.И. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 29.10.2025 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	150	11,41	7,35	17,66	182	237
	Какао с молоком	180	11,57	2,17	12,92	82	397
	Бутерброд с маслом	20/5	1,63	10,10	10,23	123,5	1
ИТОГО	-	350	24,61	19,62	40,81	387,5	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ИТОГО	-	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ОБЕД	Суп картофельный с макарон.изделиями	150	11,60	3,25	3,16	57	67
	Плов из курицы	150	14,90	14,20	3,98	16,46	311
	Компот из кураги	150	0,45	0,15	12,10	51	372
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	3,63	0,87	25,97	119	4
ИТОГО	-	510	27,64	41,04	64,49	465	-
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Овощное рагу	180	8,12	5,75	36,53	230	313
	Чай с сахаром	180	6,87	6,12	11,37	12,78	400
	Хлеб пшеничный	20	0,82	0,28	5,58	32,70	02
	Пряник	30	1,94	3,28	27,33	112	05
ИТОГО	-	410	16,63	13,91	55,78	338	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1365	76,64	82,83	211,06	1566,07	-

Стоимость 210 руб 46 коп.

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.И. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 29.10.2025 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	200	15,21	9,80	23,55	243	237
	Какао с молоком	200	12,85	2,41	14,36	91	397
	Бутерброд с маслом	30/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	435	22,27	29,06	56,91	557	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ИТОГО	-	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ОБЕД	Суп картофельный с макарон.изделиями	180	13,92	3,90	3,79	68	67
	Плов из курицы	180	17,2	16,4	4,60	190	311
	Компот из кураги	180	0,54	0,18	14,40	61	372
	Хлеб пшеничный/ржаной	60	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	620	33,63	21,16	83,82	615	-
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Овощное рагу	200	8,60	6,09	38,68	244	313
	Чай с сахаром	200	7,63	6,80	12,63	142	400
	Хлеб пшеничный	30	1,23	0,43	8,37	49	02
	Пряник	50	3,23	4,10	34,16	187	05
ИТОГО	-	480	16,72	12,91	60,77	424	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1635	82,25	72,83	258,3	1957	-

Стоимость 211 руб 26 коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 30.10.2025 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Кулеш пшеничный молочный	150	22,35	8,28	3,50	148	249
	Кофейный напиток с молоком	180	2,56	2,17	12,92	82	397
	Бутерброд с маслом	20/5	1,63	10,10	10,23	12,35	1
ИТОГО	-	355	26,54	20,55	26,65	244	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Яблоко свежее	100	0,60	0,45	15,45	0,90	368
ИТОГО	-	100	0,60	0,45	15,45	0,90	368
ОБЕД	Суп овощной	150	2,82	2,37	11,91	77	80
	Гуляш из отварного мяса говядины	25/25	14,60	5,53	4,89	128	277
	Гречка отварная с маслом	110	7,28	5,19	33,73	208	313
	Компот из с/ф	150	0,51	0,21	15,56	66	398
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	500	17,54	16	85,67	549	-
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Запеканка из творога с морковью	140	10,64	12,14	47,09	338	93
	Соус сметанный	20	3,58	3,16	15,46	110	18
	Кисель из свежих ягод	180	0,16	0,06	14,11	57	129
	Хлеб с сыром	20/13	2,61	3,28	6,97	68	2/4
	Печенье	30	2,11	2,4	16,66	97	474
ИТОГО	-	403	14,09	15,49	86,11	752	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1358	66,20	58,94	234,99	1798,89	-

Стоимость 212 руб 68 коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 30.10.2025 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Кулеш пшеничный молочный	200	29,8	11,04	4,67	197	249
	Кофейный напиток с молоком	180	12,85	2,41	14,36	91	397
	Бутерброд с маслом	30/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	415	45,09	27,59	33,35	461	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Яблоко свежее	100	0,60	0,45	15,45	0,90	368
ИТОГО	-	100	0,60	0,45	15,45	0,90	368
ОБЕД	Суп овощной	180	2,18	2,84	14,29	92	80
	Гуляш из отварного мяса говядины	35/35	19,61	7,73	5,89	168	277
	Гречка отварная с маслом	130	8,60	6,09	38,68	244	313
	Компот из с/ф	200	0,61	0,25	18,67	79	398
	Хлеб пшеничный/ржаной	50	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	630	19,92	18,63	95,92	622,6	-
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Запеканка из творога с морковью	160	10,64	12,14	47,09	338	93
	Соус молочный	40	3,58	3,16	15,46	110	18
	Кисель из свежих ягод	200	0,18	0,07	15,68	63	129
	Хлеб с сыром	30/20	3,54	4,45	9,46	92	2/4
	Печенье	50	2,11	2,4	16,66	97	474
ИТОГО	-	500	18,52	21,9	83,84	607	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1645	92,65	79,69	264,89	2038,65	-

Стоимость 212 руб 98 коп.

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 31.10.2025 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белк	Жиры	Углеб.		
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная	150	10,64	12,14	47,10	340	172
	Какао с молоком	180	11,57	2,17	12,92	82	397
	Бутерброд с маслом	20/5	1,63	10,10	10,23	12,35	1
ИТОГО	-	355	1,56	20,71	43,44	412,5	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Варенец	100	5,22	4,50	7,20	95	401
ИТОГО	-	100	5,22	4,50	7,20	95	401
ОБЕД	Огурец соленый порц.	30	0,24	0,03	0,51	0,24	6
	Борщ со сметаной	150	1,53	3,75	10,58	98,28	58
	Шницель	50	13,19	0,15	16,20	167	276
	Отварные макароны с маслом	110	12,60	12,02	3,37	139	311
	Компот из изюма	150	8,81	0,76	1,28	47	126
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	530	40,67	17,77	63,89	602	-
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Картофель тушеный в молоке	150	6,46	5,86	21,19	164	23
	Чай с сахаром	180	0,16	0,06	14,11	57	129
	Хлеб	20	1,23	0,43	8,37	49	02
	Бутерброд с повидлом	50	1,94	3,70	15,50	104	4
ИТОГО	-	400	7,85	6,35	43,67	270	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1385	87,09	71,56	197	1863	-

Стоимость 210 руб 52 коп.

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 31.10.2025 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белк	Жиры	Углеб.		
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная	200	11,35	12,95	50,23	363	172
	Какао с молоком	180	4,20	3,62	17,28	119	397
	Бутерброд с маслом	30/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	415	22,49	27,56	33,12	600	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Варенец	100	5,22	4,50	7,20	95	401
ИТОГО	-	100	5,22	4,50	7,20	95	401
ОБЕД	Огурец соленый порц.	50	0,4	0,05	0,85	0,4	6
	Борщ со сметаной	180	1,53	3,75	10,58	98,28	58
	Шницель	70	15,39	0,18	18,90	195	276
	Отварные макароны с маслом	130	17,2	16,4	4,60	190	311
	Компот из изюма	180	10,57	0,91	1,54	57	126
	Хлеб пшеничный/ржаной	50	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	660	41,36	21,43	83,37	683,0	-
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Картофель тушеный в молоке	200	7,18	6,51	23,54	182	23
	Чай с сахаром	200	0,18	0,07	15,68	63	129
	Хлеб	50	1,23	0,43	8,37	49	02
	Бутерброд с повидлом	50	3,24	6,16	25,84	174	4
ИТОГО	-	500	8,59	7,01	47,59	294	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1675	87,09	71,56	197	1863	-

Стоимость 210 руб 89 коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

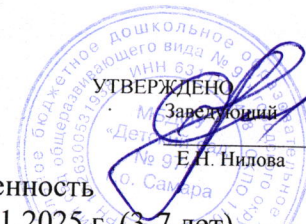


Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 01.11.2025 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белк и	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	120	11,11	17,80	2,9	211	93
	Салат из зел.горошка	30	0,82	1,77	2,30	40	19
	Кофейный напиток	180	2,56	2,17	12,92	17	397
	Бутерброд с маслом	20/5	1,63	10,10	10,23	123,5	1
ИТОГО	-	355	16,12	31,84	28,05	391,5	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Салат витаминный	30	9,42	10,49	33,29	265	223
	Суп картофельный с кукурузой консерв.	150	4,92	3,42	12,24	98,30	78
	Плов из курицы	130	14,90	14,20	3,98	16,46	311
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,38	0,03	19,81	164,6	376
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	500	53,17	12,46	88	575	-
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Каша геркулесовая молочная	150	9,42	10,49	33,29	265	223
	Чай с сахаром	180	1,00	0,01	9,18	37	393
	Хлеб пшенич	20	2,61	3,28	6,97	68	2/4
	Печенье	50	3,11	1,89	20,92	112	467
ИТОГО	-	400	12,97	22,7	35,59	383	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1367	90,57	31,84	191,66	1629,30	-

Стоимость 210 руб 54 коп

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова



Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 01.11.2025 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белк и	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	120	11,64	18,6	3,05	221	216
	Салат из зел.горошка	60	1,44	3,09	4,02	70	19
	Кофейный напиток	200	2,85	2,41	14,36	19	397
	Бутерброд с маслом	30/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	415	12,47	23,06	52,22	446	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Салат витаминный	50	24,48	10,08	39,6	348	223
	Суп картофельный с кукурузой консерв.	180	5,90	4,10	14,70	118	78
	Плов из курицы	150	17,2	16,4	4,60	190	311
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,04	23,78	102	376
	Хлеб пшеничный/ржаной	50	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	610	65,69	19,51	103,2	708	-
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Каша геркулесовая молочная	200	24,48	10,08	39,6	348	223
	Чай с сахаром	180	1,12	0,02	10,2	41	393
	Хлеб с сыром	30/19	3,54	4,45	9,46	92	2/7
	Печенье	50	3,11	1,89	20,92	112	467
ИТОГО	-	479	10,45	21,60	28,95	379	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1800	86,06	77,69	236,6	1843	-

Стоимость 210 руб 98 коп