

"Утверждаю"
 Заведующий МБДОУ
 "Детский сад № 16 «Одуванчик»
 ст.Александровской
 Д.И.Адамян
 03.02.2025
 М.П.

МЕНЮ ДЕНЬ-1ый
 На 17.03.2025 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак:	Яйцо отварное	С	40	63,00
		Я	40	63,00
	Макаронные изделия, отварные с овощами	С	130	171,90
		Я	110	145,40
	Булочка Ладушка витаминно йодированная	С	25	91,80
		Я	25	68,30
	Масло сладко сливочное	С	7	46,20
		Я	5	33,00
	Крестьянское порциями 72,5%	С	200/11	44,40
		Я	180/10	40,00
	Итого: сад	С	402	325,50
	Итого: ясли	Я	360	281,40
2-завтрак:	Плоды свежие(яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	С	1/100	44,00
		Я	1/100	44,00
		С	200	85,30
		Я	200	85,30
Обед	Суп крестьянский с крупой перловой	С	200	85,27
		Я	150	63,95
	Бигос (мясо отварной говядины , тушёное с капустой)	С	150	336,71
		Я	150	336,71
	Компот из свежих плодов (яблоки)	С	180	54,61
		Я	150	45,51
	Хлеб пшеничный	С	35	82,25
		Я	20	47,00
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	65,25
		Я	30	52,20
	Итого: сад	С	652	624,09
	Итого: ясли	Я	530	545,37
Полдник	Каша жидкая молочная из пшённой крупы (Масло сливочное Крестьянское мдж 72,5%)	С	150/3,75	129,60
		Я	130/3,25	94,47
	Какао с молоком (1 вариант)	С	180	107,00
		Я	150	89,00
	Итого: сад	С	330	236,60
	Итого: ясли	Я	280	183,47
	Всего за день: сад	С	1384	1186,19
	Всего за день: ясли	Я	1170	1010,24
Стоимость дня		С	113,59	
		Я		



МЕНЮ ДЕНЬ-2ой
На 18.03.2025 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша жидкая молочная ячневая (Масло сливочное Крестьянское мдж 72,5%)	С	180/4,5	160,80
		Я	150/3,75	134,00
	Сыр полутвердый Российский проциями 50% жирности	С	15	55,00
		Я	10	36,60
	Хлеб пшеничный	С	20	47,00
		Я	15	35,25
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	С	200	93,30
		Я	180	83,90
	Итого: сад	С	415	301,10
	Итого: ясли	Я	355	253,15
2-завтрак:	Плоды свежие(яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	С	1/100	44,00
		Я	1/100	44,00
		С	200	85,30
		Я	200	85,30
Обед	Овощи отварные с маслом (свекла)	С	50	24,31
		Я	30	14,58
	Суп картофельный с макаронными изделиями	С	200	83,80
		Я	150	62,85
	Голубцы ленивые(с соусом сметанным с томатом)	С	120/30	164,00
		Я	100/30	136,67
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	100,66
		Я	150	83,88
	Хлеб пшеничный	С	40	94,00
		Я	30	70,50
Полдник	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	65,25
		Я	30	52,20
	Пирожок печёный из дрожжевого теста с картофелем и луком	С	60	140,12
		Я	60	40,12
	Чай с лимоном	С	200/11/9	45,50
		Я	150/7/4	29,00
	Итого: сад	С	330	185,62
	Итого: ясли	Я	280	69,12
	Всего за день: сад	С	1402	1018,74
	Всего за день: ясли	Я	1155	742,95
Стоимость дня		С	113,59	
		Я		



М.П.

МЕНЮ-ДЕНЬ-3ий
На 19.03.2025 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Суп молочный с овсяными хлопьями "Геркулес"(Масло сливочное Крестьянское мдж 72,5%)	С	180/2	119,16
		Я	150/1,5	99,30
	Хлеб пшеничный	С	20	47
		Я	15	35,25
	Масло сладко-сливочное Крестьянское порциями 72,5% мжд	С	7	46,20
		Я	5	33,00
	Чай с молоком 2,5% жирности	С	150/50/11	98,80
		Я	135/45/10	89,00
	Итого: сад	С	415	264,16
	Итого: ясли	Я	355	221,30
2- завтрак	Молоко кипяченое 2,5% жирн.	С	200	113,30
		Я	150	85,00
Обед	Овощи натуральные солёные (огурцы)	С	50	35,50
		Я	30	20,88
	Суп картофельный с пшённой крупой	С	200	85,27
		Я	150	63,95
	Плов из птицы	С	150	264,40
		Я	150	264,40
	Кисель из сока натурального(яблочный)	С	180	80,46
		Я	150	67,05
	Хлеб пшеничный	С	40	94,00
		Я	30	70,50
Полдник	Хлеб ржано- пшеничный	С	37	65,25
		Я	30	52,20
	Итого: сад	С	657	624,88
	Итого: ясли	Я	540	538,98
	Лапшевник с творогом 5% жирности	С	120	280,80
		Я	100	234,00
	Соус молочный сладкий	С	30	30,45
		Я	30	30,45
	Кефир 2,5% жирн или ряженка 2,5% жирн.	С	180	85,06
		Я	150	70,89
	Итого: сад	С	260	115,51
	Итого: ясли	Я	210	101,34
	Всего за день: сад	С	1332	1004,55
	Всего за день: ясли	Я	1105	861,62
Стоимость дня		С	113,59	
		Я		

"Утверждаю"
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №16 «Одуванчик»
ст.Александровской
Д.И.Адамян
03.02.2025

М.П.

МЕНЮ-ДЕНЬ-4ый
На 20.03.2025 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы(Масло сливочное Крестьянское мдж 72,5%)	С	180/4,5	219,36
		Я	150/3,75	182,80
	Бутерброд с повидлом	С	20/15/5	91,80
		Я	10/15/5	68,00
	Какао с молоком (1 вариант)	С	200	118,67
		Я	180	107,00
	Итого: сад	С	407	429,83
	Итого: ясли	Я	350	357,80
2-завтрак:	Плоды свежие (яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	С	1/100	44,00
		Я	1/100	44,00
		С	200	85,30
		Я	200	85,30
	Икра овощная	С	50	85,30
		Я	30	35,30
	Суп картофельный с бобовыми (крупа гороховая)	С	200	107,80
		Я	150	80,85
	Гренки из пшеничного хлеба	С	30	110,46
		Я	20	73,64
	Тефтели рыбные	С	70	63,38
		Я	50	45,27
	Каша рассыпчатая ячневая Масло сливочное Крестьянское мдж 72,5%)	С	130/4,5	211,25
		Я	110/4	178,,75
	Соус сметанный с томатом	С	30	24,03
		Я	30	24,03
	Компот из свежих плодов (яблок)	С	180	54,61
		Я	150	45,51
	Хлеб пшеничный	С	15	35,25
		Я	10	23,50
Полдник	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	65,25
		Я	30	52,20
	Итого: сад	С	662	482,70
	Итого: ясли	Я	540	335,03
	Шанежка наливная	С	60	177,19
		Я	60	177,19
	Чай с сахаром	С	200/11	44,40
		Я	150/7	40,00
	Итого: сад	С	375	221,59
	Итого: ясли	Я	285	217,19
	Всего за день: сад	С	1444	1134,12
	Всего за день: ясли	Я	1175	910,02
Стоимость дня		С	113,59	
		Я		

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ

"Детский сад № 16 «Одуванчик»

ст. Александрийской

Д.И. Адамян

03.02.2025

М.П.

МЕНЮ-ДЕНЬ-5ый

На 21.03.2025 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой Масло сливочное Крестьянское мдж 72,5%)	С	180/4,5	119,16
		Я	150/3,75	99,30
	Хлеб пшеничный	С	20	47
		Я	15	35,25
	Масло сладко-сливочное Крестьянское порциями 72,5% мжд	С	7	46,20
		Я	5	33,00
	Чай с лимоном	С	200/11/8	45,50
		Я	180/10/7	29,00
	Итого: сад	С	407	210,86
	Итого: ясли	Я	350	161,30
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	С	1/100	44,00
		Я	1/100	44,00
		С	200	85,30
		Я	200	85,30
Обед	Овощи соленные (огурцы)	С	50	39,00
		Я	30	30,03
	Борщ с капустой и картофелем	С	200	85,00
		Я	150	61,50
	Пампушки с чесноком	С	20	43,10
		Я	20	43,10
	Рыба тушёная в томате с овощами	С	70	121,34
		Я	50	86,67
	Пюре картофельное	С	130	118,95
		Я	110	100,65
	Компот из лимона	С	180	100,66
		Я	150	83,88
	Хлеб пшеничный	С	20	47,00
		Я	10	23,50
Полдник	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	65,25
		Я	30	52,20
	Итого: сад	С	707	620,30
		Я	550	481,53
	Кондитерские изделия (пром) печенье	С	50	208,50
		Я	15	62,50
	Молоко кипяченое 2,5% жирн.	С	200	113,30
		Я	150	85,00
	Итого: сад	С	260	321,80
	Итого: ясли	Я	210	147,50
	Всего за день: сад	С	1374	1152,96
	Всего за день: ясли	Я	1110	790,33
Стоимость дня		С	113,59	
		Я		

"Утверждаю"
 Заведующий МБДОУ
 "Детский сад № 16 «Одуванчик»
 ст.Александровской"
 Д.И.Адамян
 03.02.2025
 М.П.

МЕНЮ-ДЕНЬ-6ой
 На 24.03.2025 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Яйцо вареное	С	40	63,00
		Я	40	63,00
	Икра овощная	С	50	35,50
		Я	30	21,30
	Булочка Ладушка витаминно йодированная	С	25	91,80
		Я	25	68,30
	Масло сладко-сливочное Крестьянское порциями 72,5% мжд	С	7	46,20
		Я	5	33,00
	Чай с сахаром	С	200/11	44,40
		Я	180/10	40,00
	Итого: сад	С	402	189,10
	Итого: ясли	Я	360	157,30
2-завтрак:	Плоды свежие(яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	С	1/100	44,00
		С	1/200	85,30
Обед	Овощи натуральные солёные (огурцы)	С	50	44,00
		С	50	44,00
	Суп картофельный с клецками	С	200	69,80
		Я	150	52,35
	Жаркое из кур (вариант-2)	С	150	125,80
		Я	150	125,80
	Кисель из сока натурального (яблочный)	С	180	80,46
		Я	150	67,05
	Хлеб пшеничный	С	35	82,25
		Я	20	47,00
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	65,25
		Я	30	52,20
	Итого: сад	С	652	423,56
	Итого: ясли	Я	530	344,40
Полдник	Каша жидкая молочная из пшённой крупы с маслом сливочным Крестьянским мдж 72,5%)	С	150/3,75	134,00
		Я	130/3,25	116,13
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	С	180	83,90
		Я	150	70,00
	Итого: сад	С	330	217,90
	Итого: ясли	Я	280	186,13
	Всего за день: сад	С	1384	830,56
	Всего за день: ясли	Я	1170	687,83
Стоимость дня		С	113,59	
		Я		

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ

"Детский сад № 16 «Одуванчик»

ст. Александрийской"

Д.И.Адамян

03.02.2025

М.П.

МЕНЮ-ДЕНЬ-7ой

На 25.03.2025 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Суп молочный с крупой ячневой с маслом сливочным Крестьянским мдж 72,5%)	С	180/4,5	119,16
		Я	150/3,75	99,30
	Сыр полутвердый Российский порциями 50% жирн.	С	15	55,00
		Я	10	36,60
	Хлеб пшеничный	С	20	47,00
		Я	15	35,25
	Какао с молоком (1 вариант)	С	200	118,67
		Я	180	107,00
	Итого: сад	С	415	292,83
	Итого: ясли	Я	355	242,90
2- завтрак	Молоко кипячёное 2,5% жирн	С	200	113,30
		Я	150	85,00
Обед	Овощи отварные с маслом (морковь)	С	50	39,00
		С	50	30,03
	Суп картофельный с крупой пшеничной	С	200	85,27
		Я	150	63,95
	Тефтели 2-ой вариант	С	70	284,20
		Я	50	203,00
	Соус сметанный с томатом	С	30	24,03
		Я	30	24,03
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным Крестьянским мдж 72,5%)	С	130/5	143,40
		Я	110/5	121,30
	Компот из свежих плодов (яблоки)	С	180	54,61
		Я	150	45,51
	Хлеб пшеничный	С	40	94,00
		Я	30	70,50
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	65,25
		Я	30	52,20
	Итого: сад	С	737	789,76
	Итого: ясли	Я	580	610,52
Полдник	Запеканка из творога 5% жирности	С	120	296,48
		Я	100	247,00
	Соус молочный сладкий	С	30	30,45
		Я	30	30,45
	Чай с лимоном	С	200/11/8	45,50
		Я	150/7/4	29,00
	Итого: сад	С	350	372,43
	Итого: ясли	Я	280	306,45
	Всего за день: сад	С	1502	1455,02
	Всего за день: ясли	Я	1215	1159,87
Стоимость дня		С		
		Я		113,59

"Утверждаю"
Заведующий МБДОУ
"Детский сад №16 «Одуванчик»"
ст.Александровской
Д.И.Адамян
03.02.2025

М.П.

МЕНЮ-ДЕНЬ-8ой

На 26.03.2025 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным Крестьянским мдж 72,5%)	С	180/4,5	130,70
		Я	150/3,75	109,00
	Хлеб пшеничный	С	20	47,00
		Я	15	35,25
	Масло сладко-сливочное Крестьянское порциями 72,5% мжд	С	7	91,80
		Я	5	68,00
	Чай с молоком 2,5 % жирн	С	150/50/11	98,80
		Я	135/45/10	89,00
	Итого: сад	С	407	321,30
	Итого: ясли	Я	350	266,00
2-завтрак:	Плоды свежие (яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	С	1/100	44,00
		Я	1/100	44,00
		С	200	85,30
		Я	200	85,30
Обед	Суп-лапша домашняя	С	200	81,80
		Я	150	61,35
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с маслом сливочным Крестьянским мдж 72,5%)	С	70/7	173,83
		Я	50/5	124,16
	Капуста тушеная	С	130	97,63
		Я	110	82,61
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	100,66
		Я	150	83,88
	Хлеб пшеничный	С	40	94,00
		Я	30	70,50
Полдник	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	65,25
		Я	30	52,20
	Итого: сад	С	657	613,17
		Я	520	474,70
	Крендель сахарный	С	60	235,64
		Я	60	235,64
	Чай с сахаром	С	200/11	44,40
	Итого: сад	С	260	280,04
	Итого: ясли	Я	210	235,64
	Всего за день: сад	С	1324	1214,51
	Всего за день: ясли	Я	1080	976,34
Стоимость дня		С	113,59	
		Я		

"Утверждаю"
Заведующий МБДОУ
"Детский сад № 16 «Одуванчик»
ст.Александровской"
Д.И.Адамян
03.02.2025
М.П.

МЕНЮ-ДЕНЬ-9ый
На 27.03.2025 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями с маслом сливочным Крестьянским мдж 72,5%)	С	180/2	130,70
		Я	150/1,5	108,90
	Бутерброд с повидлом	С	20/15/5	91,80
		Я	15/5	68,00
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	С	200	93,30
		Я	180	83,90
	Итого: сад	С	407	315,80
	Итого: ясли	Я	350	260,80
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	С	1/100	44,00
		Я	1/100	44,00
		С	200	85,30
		Я	200	85,30
Обед	Икра свекольная	С	50	39,00
		Я	30	30,03
	Борщ Ставропольский	С	200	85,00
		Я	150	61,50
	Пампушки с чесноком	С	20	43,10
		Я	20	43,10
	Рыба, запеченная с картофелем по - русски	С	70/130	208,75
		Я	70/130	167,01
	Компотт из лимона	С	180	80,46
		Я	150	67,05
	Хлеб пшеничный	С	25	23,50
		Я	20	23,50
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	65,25
		Я	30	52,20
Полдник	Итого: сад	С	727	756,31
	Итого: ясли	Я	580	623,14
	Кондитерские изделия (печенье пром)	С	50	125,10
		Я	30	62,50
	Кефир или ряженка 2,5% жирн.	С	180	85,06
		Я	150	70,89
	Итого: сад	С	305	210,16
	Итого: ясли	Я	235	133,39
	Всего за день: сад	С	1439	1282,27
	Всего за день: ясли	Я	1165	1017,33
Стоимость дня		С	113,59	
		Я		

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ

"Детский сад №16 «Одуванчик»
ст.Александровской"

Д.И.Адамян

03.02.2025

М.П.

МЕНЮ-ДЕНЬ-10ый

На 28.03.2025 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным Крестьянским мдж 72,5%)	С	180/4,5	129,60
		Я	150/3,75	108,00
	Хлеб пшеничный	С	15	47,00
		Я	10	35,25
	Масло сладко-сливочное Кркстьянское порциями 72,5%	С	7	46,20
		Я	5	33,00
	Чай с молоком	С	150/50/11	98,80
		Я	135/45/10	89,00
	Итого: сад	С	415	274,60
	Итого: ясли	Я	355	230,00
2-завтрак:	Плоды свежие (яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	С	1/100	44,00
		Я	1/100	44,00
		С	200	85,30
		Я	200	85,30
Обед	Свекольник	С	200	92,62
		Я	150	69,46
	Икра овощная	С	50	35,50
		Я	30	21,30
	Сельдь с картофелем и маслом	С	200	286,80
		Я	180	229,44
	Кисель из повидла	С	180	43,10
		Я	150	45,51
	Хлеб пшеничный	С	15	47,00
		Я	10	35,25
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	65,25
		Я	30	52,20
	Итого: сад	С	637	247,97
	Итого: ясли	Я	505	202,42
Полдник	Рагу из овощей	С	130	139,20
		Я	110	117,80
	Чай с лимоном	С	200/11/8	45,50
		Я	150/7/4	29,00
	Хлеб пшеничный	С	15	47,00
		Я	10	35,25
	Итого: сад	С	350	186,20
	Итого: ясли	Я	275	153,05
	Всего за день: сад	С	1402	708,77
	Всего за день: ясли	Я	1135	585,47
Стоимость дня		С	113,59	
		Я		