

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ВТОРНИК

МЕНЮ

№ "07" 10 2025 г.

УТВЕРЖАЮ
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 40"
С.В.Власова

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 3 до 7 лет (в группах с 10,5- 12 часового пребывания)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша молочная из овсянных хлопьев "Геркулес" с маслом	200/5	263
	Бутерброд с сыром	30/6	123
	Чай с молоком	180	92
	итого	421	478
Аллергики	Каша из овсянных хлопьев "Геркулес" с маслом	200/5	263
	Чай с сахаром	180	34
	Чай с молоком без сахара	180	92
2 завтрак	Напиток из плодов шиповника	100	43,89
	Фрукты свежие (Яблоко)	100	51,7
	итого	200	95,59
Аллергики	Напиток из плодов шиповника без сахара	100	43,89
Обед	Морковь отварная (дольками)	60	21
	Борщ с мясом	200	128
	Котлеты по домашнему	70	139,13
	Сложный гарнир (поре картофельное с капустой тушенной)	75/75	113,22
	Компот из изюма	180	113,33
	Хлеб пшеничный йодированный	30	75
	Хлеб ржаной	30	60
	итого	720	649,68
Аллергики	Компот из изюма без сахара	180	113,33
Напиток на 15ч	Напиток витаминизированный	50	20
	итого	50	20
Полдник	Омлет натуральный с маслом	80/3	168,74
	Кукуруза консервированная (отварная)	30	25
	Чай с сахаром	180	34
	итого	303	230,74
Аллергики	Мясные Ёжики	80	195,83
	Чай без сахара	180	34
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1694	1474,01

Кладовщик

Загребнева М.М.

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 1 до 3 лет (в группах с 12 часового пребывания)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша молочная из овсянных хлопьев "Геркулес" с маслом	150/3	196
	Бутерброд с сыром	20/4	93
	Чай с молоком	180	92
	итого	357	381
Аллергики	Каша из овсянных хлопьев "Геркулес" с маслом	150/3	196
	Чай с молоком	180	92
	Чай без сахара	180	34
2 завтрак	Напиток из плодов шиповника	130	57,06
	итого	130	57,06
Аллергики	Напиток из плодов шиповника без сахара	130	57,06
Обед	Морковь отварная (дольками)	30	10,5
	Борщ с мясом	150	96
	Котлеты по домашнему	60	129,2
	Сложный гарнир (поре картофельное с капустой тушеной)	60/60	97,04
	Компот из изюма	150	85
	Хлеб пшеничный йодированный	30	75
	Хлеб ржаной	30	60
	итого	570	552,74
Аллергики	Свекла отварная (дольками)	30	9,75
	Компот из изюма без сахара	150	85
Полдник	Омлет натуральный с маслом	80/3	168,74
	Кукуруза консервированная (отварная)	20	14
	Чай с сахаром	150	29,25
	итого	253	211,99
Аллергики	Чай без сахара	150	29,25
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1310	1202,79

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ВТОРНИК

МЕНЮ

на "07" 10 2025 г.



УТВЕРЖАЮ

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 40"

С.В.Власова

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 12 лет (в группах с10,5- 12 часового пребывания)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша молочная из овсянных хлопьев "Геркулес" с маслом	200/5	263
	Бутерброд с сыром	40/8	184
	Чай с молоком	200	103
	итого	453	550
2 завтрак	Напиток из плодов шиповника	100	43,89
	Фрукты свежие (Яблоко)	100	51,7
	итого	200	95,59
Обед	Морковь отварная (дольками)	60	21
	Борщ с мясом	200	128
	Котлеты по домашнему	90	178,08
	Сложный гарнир (шпоре картофельное с капустой тушенной)	75/75	113,22
	Компот из изюма	180	113,33
	Хлеб пшеничный йодированный	30	75
	Хлеб ржаной	30	60
	итого	740	688,63
Напиток на 15ч	Напиток витаминизированный	50	20
	итого	50	20
Полдник	Омлет натуральный с маслом	100/5	210,92
	Кукуруза консервированная (отварная)	40	28
	Чай с сахаром	200	39,1
	итого	345	278,02
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1788	1632,24

Кладовщик

Загребнева М.М.