

Утверждаю: заведующая_____ Касева Е.Ю.

07.09.2026г для детей от 3 до 7 лет								
Прием пищи.	Наименование блюд	порции (гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энергетическая ценность	Витамин С	стоимость
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак 08 - 20	Каша "дружба"молочная со сливочным маслом	150	3.9	8.7	18.8	169.7	0.99	
	БАТОН С КРОШКОЙ	30	5.1	0.2	9.9	153	0.1	
	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40	0.03	
Обед 11 - 20	с макаронными изделиями на куринном бульоне	180	1.94	2.3	12.5	79	5.94	
	гуляш из говядины	70/50	20.6	22	4.2	297	1.3	
	каша перловая рассыпчатая	180	0.4	0.02	24.99	102	0.36	
	компот из сухофруктов	180	0.4	0.02	24.99	102	0.36	
Полдник 14 - 30	Хлеб ржано-пшеничный, пшеничный	30/30	1,98/2,37	0,36/0,3	10,02/14,49	52/71	0	
	пирожок печеный с повидлом	50	0.1	4.3	9.7	37	0	
	Чай без сахара	180	0.7	0.18	0.14	5	0.4	
Ужин 17 - 00	суп молочный с крупой(гречневой)со сливочным маслом	150	6.9	9.7	24.5	212.3	1.02	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	71	0	
	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40	0.03	
Всего за I день			42.13	47.74	139.2	1206	10.14	135

Утверждаю : заведующая _____ Касева Е.Ю

08.09.2026г для детей от 3 до 7 лет								
Прием пищи.	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энергетиче- ская ценность (ккал.)	Витамин С	СТОИМОСТЬ
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак 08 - 20	геркулесовая молочная со сливочным ма	150	6.4	10.6	23.6	215.6	1.07	
	батон бутербродный со сливочным маслом	30	2.45	7.55	14.6	136	0	
	кофейный напиток	180	2.9	2.4	14.3	91	1.2	
Обед 11 - 20	щи из свежей капусты на м/к бульоне со сметаной	180	1.6	4.8	6.7	65	13.03	
	пюре из гороха	130	23	2.5	113	159	55	
	сосиска отварная	50	5.5	11.95	0.2	130	0	
	Хлеб пшеничный и отрубной	60	4.74	0.6	28.98	142	0	
	сок фруктовый	180	0	0	18.2	83	3.6	
Полдник 14 - 30	пряник	50	3.7	1.7	40.9	194	0.1	
	Чай без сахара	180	0.7	0.18	0.14	5	0.4	
Ужин 17 - 00	суп с крупой с гречками	130	12.4	3.8	24.6	182	0	
	напиток из шиповника	180	0.61	0.25	18.67	79	90	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	71	0	
Всего за I день			66.37	46.63	333.58	1613.6	165.8	135

УТВЕРЖДАЮ: заведующая _____ Касева Е.Ю.

09.09.2026г для детей от 3 до 7 лет								
Прием пищи.	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витами н С	СТОИМОСТЬ
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак 08 - 20	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	200	6.2	7.4	27.7	180	1	
	Батон со сгущенным молоком	30	1.2	12.5	26.8	147	0	
		100	2.8	0	123	170	100	
	Чай без сахара	180	0.09	0	13.5	54	0	
Обед 11 - 20	борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне со сметаной	180	1.63	4	11.29	88	7.03	
	биточки из говядины	70	11.13	7.57	9.8	140	0.1	
	рис припущенный со сливочным маслом	130	3.64	4.3	36.67	200	0	
	Соус томатный	50	0.73	3.5	6.3	60	1.2	
	Хлеб отрубной, пшеничный	60	6.4	1.1	32	179	0	
	Кисель из концентратаплодово-ягодный	180	1.3	0	26.1	109.8	0	
Полдник 14 - 30	булочка осенняя	50	4.03	5.98	29.3	187	0.06	
	Чай с молоком	180	2.67	2.34	14.31	89	1.2	
Ужин 17 - 00	Макароны отварные со сливочным маслом	130	4.9	3.8	23.6	148.2	0	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	71	0	
	Чай с лимоном с сахаром	180/10/7	0.12	0.02	10.2	41	2.83	
Всего за 1 день			49.21	52.81	405.06	1864	113.42	135

--	--	--	--	--	--	--	--	--

УТВЕРЖДАЮ: заведующая _____ Касева Е.Ю.

10.09.2026г для детей от 3 до 7 лет								
Прием пищи.	Наименование блюдов	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	СТОИМОСТЬ
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак 08 - 20	Каша манная молочная жидкая	150	4.7	5.6	12.2	162	1.04	
	Батон бутербродный со сливочным маслом	30	2.45	7.55	14.6	136	0	
	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40	0.03	
Обед 11 - 20	суп гороховый с курицей	180	1.1	3.7	11.7	87.3	55.2	
	картофельное пюре	130	2.7	4.8	14.1	119.6	16.2	
	фрикадельки рыбные запеченные в молочном соусе	110	12.27	6.44	8.86	143	0.24	
		30	0.6	2.2	4	39.4	0.8	
	Хлеб пшеничный и отрубной	60	6.4	1.1	32	179	0	
	компот с изюмом	180	0	0	11.6	54	3.8	
Полдник 14 - 30	БЛИНЧИКИ С МАСЛОМ	100/10	5.14	2.76	39.44	203	0	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.06	0.02	14.49	71	0	
Ужин 17 - 00	каша пшенная молочная со сливочным маслом	150	6.5	9.6	27.8	224.3	1.02	
	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40	0.03	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	71	0	
Всего за 1 день			44.41	44.11	225.26	1569.6	78.36	135

УТВЕРЖДАЮ: заведующая _____ Касева Е.Ю.

11.09.2026г для детей от 3 до 7 лет								
Прием пищи.	Наименование блюд	порции (гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энергетическая ценность	Витамины С	Стоимость
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак 08 - 20	Суп молочный с макаронными изделиями со сливочным маслом	150	4.3	4	14.2	109.5	0.7	
	Батон с повидлом	30	6.2	3.8	2.01	38	0	
	чай без сахара	180	0.7	0.18	0.14	5	0.4	
Обед 11 - 20	Суп овощной на м/к бульоне со сметаной	180	1.8	4	11.3	83.2	7.4	
	Оладьи из печени	70	12.1	8.1	8.2	155.4	5	
	каша гречневая рассыпчатая	130	7.4	6.8	32.1	219.3	0	
	Соус томатный	50	0.73	3.5	6.3	60	1.2	
	компот из сухофруктов	180	0.4	0.02	24.99	102	0.36	
Полдник 14 - 30	Хлеб отрубной, пшеничный	60	6.4	1.1	32	179	0	
	вафли	50	6.3	8.7	12.1	153.4	0.05	
	чай без сахара	180	0.7	0.18	0.14	5	0.4	
Ужин 17 - 00	омлет натуральный	85	7.52	13.46	1.51	157	0.15	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	71	0	
	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40	0.03	
Всего за 1 день			56.98	54.16	169.47	1377.8	15.69	
Всего за неделю			259.1	255.5	1272.6	7631	383.41	123р

УТВЕРЖДАЮ: заведующая _____ Касева Е.Ю.

31.08.2026г для детей от 3 до 7 лет

Прием пищи.	Наименование блюد	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	СТОИМОСТЬ
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак 08 - 20	Каша пшенная молочная жидкая со сливочным маслом	150	6.5	9.6	27.8	224.3	1.02	
	Батон с крошкой	30	2.45	7.55	14.62	136	0	
	чай с сахаром	180	0.09	0	13.5	54	0	
Обед 11 - 20	суп картофельный с клецками на курином бульоне	180	7.1	5.9	11.6	145	5.7	
	плов из отварной курицы	200	17.1	18.6	47	433	0.4	
	соленый огурец	35						
	Хлеб ржано-пшеничный, пшеничный	60	6.4	1.1	32	179	0	
Полдник 14 - 30	сок фруктовый	180	0	0	18.2	83	3.6	
	печенье разное	50	2.4	1.4	38.8	167.9	0.4	
Ужин 17 - 00	чай без сахара	180	0.7	0.18	0.14	5	0.4	
	картофельное пюре	130	12.4	3.8	24.6	182	0	
	икра свекольная	50	0.45	2.35	2.96	34.8	2.76	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	71	0	
Чай с сахаром		180	0.06	0.02	9.99	40	0.03	
Всего за 1 день			58.02	50.8	255.7	1755	14.31	135

УТВЕРЖДАЮ: заведующая _____ Касева Е.Ю.

01.09.2026г для детей от 3 до 7 лет								
Прием пищи.	Наименование блюد	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энергетич еская ценность (ккал.)	Витамин С	СТОИМОСТЬ
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак 08 - 20	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	150	5.3	9.06	28.9	220	1.03	
	Батон с повидлом	30	6.2	3.8	2.01	38	0	
	чай без сахара	180	0.7	0.18	0.14	5	0.4	
Обед 11 - 20	рассольник ленинградский на м/к бульоне со сметаной	180	1.52	4	11.9	87.3	5.52	
	жаркое по-домашнему	200	22.9	18	14	325	7	
	кисель из концентрата плодово-ягодного	180	1.3	0	26.1	109.8	0	
	Хлеб пшеничный, отрубной	60	6.4	1.1	32	179	0	
Полдник 14 - 30	яйца вареные	40	5.08	4.6	0.28	63	0	
	хлеб пшеничный	30	0	3.2	12.3	58.8	0	
	Чай с сахаром	180	0.09	0	13.5	54	0	
Ужин 17 - 00	суп гречневый молочный со сливочным маслом	150	6.9	9.7	24.5	212.3	1.02	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	71	0	
	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40	0.03	
Всего за I день			58.82	53.96	190.11	1463.2	19.4	135

УТВЕРЖДАЮ: заведующая _____ Касева Е.Ю.

02.09.2026г для детей от 3 до 7 лет

Прием пищи.	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	СТОИМОСТЬ
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак 08 - 20	каша кукурузная молочная жидкая со сливочным маслом	150	4.7	7.5	27.88	180	0.98	
	батон с крошкой	30	5.1	0.2	9.9	153	0.1	
	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40	0.03	
Обед 11 - 20	Суп с рыбными консервами "сайра"	180	6.6	5.2	11.6	119.7	5.7	
	тефтели из говядины	70	9.7	8.9	6.1	142.8	1.8	
	рыбный гарнир(капуста тушенная с картофельным пюре)	130	2.6	4	11.2	99.7	3.8	
	Хлеб отрубной, пшеничный	60	6.4	1.1	32	179	0	
	компот из сухофруктов	180	0.4	0.02	24.99	102	0.36	
Полдник 14 - 30	булочка молочная	50	4.8	1.1	28.1	142	0.1	
	кисломолочный продукт	180	5.4	1.8	7.2	67	1.44	
Ужин 17 - 00	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	150	5.7	0.68	29	145	0	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	71	0	
	напиток из шиповника	180	0.6	0.3	20.5	87.3	63	
Всего за 1 день			54.43	31.12	232.95	1528.5	77.31	135

--	--	--	--	--	--	--

УТВЕРЖДАЮ: заведующая _____ Касева Е.Ю.

03.09.2026г для детей от 3 до 7 лет

Прием пищи.	Наименование блюد	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	СТОИМОСТЬ
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак 08 - 20	каша манная молочная жидкая со сливочным маслом	150	4.7	5.6	12.2	162	1.04	
	Батон с повидлом	30	6.2	3.8	2.01	38	0	
	Чай без сахара	180	0.7	0.18	0.14	5	0.4	
Обед 11 - 20	суп с пшенной крупой с курицей	180	1.9	3.95	13.9	95.4	0.54	
	котлета рыбная любительская	70	8.5	2.5	4.3	74.2	0.7	
	рис припущенный со сливочным маслом	130	3.07	5.3	28.1	171.7	0	
	Соус томатный	50	0.73	3.5	6.3	60	1.2	
	Хлеб пшеничный и отрубной	60	6.4	1.1	32	179	0	
	компот из сухофруктов	180	0.4	0.02	24.99	102	0.36	
Полдник 14 - 30	вафли	40	6.3	8.7	12.1	153.4	0.05	
	Чай без сахара	180	0.09	0	13.5	54	0	
Ужин 17 - 00	запеканка творожная с морковью	150	13.1	15.6	27.3	290	2.4	
	соус молочный сладкий	50	1.3	3.18	7.86	65.3	0.37	
	Чай без сахара	180	0.7	0.18	0.14	5	0.4	
Всего за I день			54.09	53.61	184.84	1455	7.46	135

УТВЕРЖДАЮ: заведующая _____ КасеваЕ.Ю.

04.09.2026г для детей от 3 до 7 лет

Прием пищи.	Наименование блюد	Масса порции (гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	СТОИМОСТЬ
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак 08 - 20	каша рисовая молочная вязкая со сливочным маслом	150	4.7	8.9	27.8	209.6	1.07	
	батон со сгущенным молоком	30	1.2	12.5	26.8	147	0	
	Чай без сахара	180	0.7	0.18	0.14	5	0.4	
Обед 11 - 20	свекольник на м/к бульоне со сметаной	180	1.56	3.2	8.7	69.8	6.6	
	Макароны отварные со сливочным маслом	130	4.9	3.8	23.6	148.2	0	
	Печень, тушеная в соусе	120	18.6	10.8	7.7	201.6	14	
	Хлеб отрубной, пшеничный	60	6.4	1.1	32	179	0	
	компот из сухофруктов	180	0.4	0.02	24.99	102	0.36	
Полдник 14 - 30	плюшка	50	3.7	1.7	409	194	0.1	
	Чай с молоком	180	2.67	2.34	14.31	89	1.2	
Ужин 17 - 00	суп молочный с крупой со сливочным маслом	150	3.6	3.8	12.4	98.9	1.2	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	71	0	
	Чай с лимоном с сахаром	180/10/7	0.12	0.02	10.2	41	2.83	
Всего за I день			50.92	48.66	612.13	1556.1	27.76	
Всего за II неделю			276.28	238.15	1475.73	7757.8	141.55	
Всего за весь период			535.38	493.65	2748.3	15388.8	524.96	135