

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МКДОУ Дубовоовражный д/с
Т.С. Кудеярова

Ежедневное меню основного питания
МКДОУ Дубовоовражный д/с

на 12.01.2026 г.

возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 часов

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	энергетическая ценность
День 6			
завтрак	запеканка из творога с морковью	150	351
	соус молочный (сладкий)	50	51
	чай с сахаром	150	83
итого за завтрак		350	485
второй завтрак	сок яблочный	180	79
итого за второй завтрак		180	79
обед	пюре морковное	40	18
	суп картофельный	150	61
	тефтели мясные (2-й вариант) в соусе сметанном с луком	50/20	100
	макаронные изделия отварные	120	135
	компот из сушеных фруктов	180	102
	хлеб пшеничный	40	85
	хлеб ржаной	20	52
итого за обед		550	553
полдник	суп молочный с рисом	150	99
	чай с молоком	150	74
итого за полдник		300	173
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1380	1290

УТВЕРЖДАЮ

заведующий МКДОУ Дубовоовражный д/с
Т.С. Кудярова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ

МКДОУ Дубовоовражный д/с

на 13.01.2026 г.

возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 часов

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	энергетическая ценность
День 7			
завтрак	суп молочный с хлопьями овсяными «Геркулес»	150	112
	какао с молоком	180	107
	бутерброд с повидлом	55	156
итого за завтрак		385	375
второй завтрак	яблоки свежие	100	44
итого за второй завтрак		100	44
обед	овощи по сезону	40	10
	борщ вегетарианский (мелко шинкованный)	150	71
	котлеты рубленые	50	116
	соус сметанный с луком	20	18
	каша рассыпчатая пшеничная	120	177
	компот из сушеных фруктов	180	102
	хлеб пшеничный	40	85
	хлеб ржаной	20	52
итого за обед		550	631
полдник	макаронные изделия с маслом	100	106
	напиток из плодов шиповника	150	66
итого за полдник		250	172
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1285	1222

УТВЕРЖДАЮ

заведующий МКДОУ Дубовоовражный д/с

Т.С. Кудеярова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ

МКДОУ Дубовоовражный д/с

на 14.01.2026 г.

возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 часов

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	энергетическая ценность
День 8			
завтрак	пудинг из творога с рисом	150	336
	кофейный напиток с молоком	180	91
	бутерброд с маслом	40	136
итого за завтрак		370	563
второй завтрак	сок яблочный	180	79
итого за второй завтрак		180	79
обед	свекла тушеная в сметане	40	41
	щи из свежей капусты	150	47
	шницель рыбный натуральный	50	69
	пюре картофельное	120	110
	компот из сушеных фруктов	180	102
	хлеб пшеничный	40	85
	хлеб ржаной	20	52
итого за обед		600	506
полдник	булочка ванильная	50	161
	молоко кипяченое	150	85
итого за полдник		200	246
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1350	1394

УТВЕРЖДАЮ

заведующий МКДОУ Дубовоовражный д/с

Т.С. Кудеярова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ

МКДОУ Дубовоовражный д/с

на 15.01.2026 г.

возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 часов

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	энергетическая ценность
День 9			
завтрак	суп молочный с пшеничной крупой	150	119
	чай с молоком	180	89
	бутерброд с маслом	40	136
итого за завтрак		370	344
второй завтрак	сок яблочный	180	79
итого за второй завтрак		180	79
обед	овощи по сезону	40	10
	суп картофельный	150	61
	котлеты рубленые из птицы	50	136
	капуста тушеная	120	90
	компот из сушеных фруктов	180	102
	хлеб пшеничный	40	85
	хлеб ржаной	20	52
итого за обед		600	536
полдник	яйцо отварное	40	63
	батон нарезной	30	81
	чай с сахаром	150	83
итого за полдник		220	227
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1370	1186

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МКДОУ Дубовоовражный д/с
Т.С. Кудярова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ
МКДОУ Дубовоовражный д/с
на 16.01.2026 г.

возрастная категория: 1-3 года

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 часов

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	энергетическая ценность
День 10			
завтрак	суп молочный с рисом	150	99
	какао с молоком	180	107
	бутерброд с маслом	40	136
итого за завтрак		370	342
второй завтрак	яблоки печеные	100	130
итого за второй завтрак		100	130
обед	овощи по сезону	40	10
	борщ с капустой и картофелем	150	62
	фрикадельки из птицы	50	109
	пюре картофельное с морковью	120	100
	компот из сушеных фруктов	180	102
	хлеб пшеничный	40	85
	хлеб ржаной	20	52
итого за обед		600	520
полдник	печенье	30	122
	снежок	180	67
итого за полдник		210	189
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1280	1181