

Согласовано ЗАВЕДУЮЩИЙ  
Козырева  
 МОУ ДЕТСКИМ САДОМ № 278  
 Т.А. КОЗЫРЕВА

Утверждаю: ООО Алеко  
Ковалева А.И.  
 20.07.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 Лето-Весна

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

понедельник

| Прием пищи             | Наименование блюда                               | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|------------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                        |                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Неделя 1<br>День 1     |                                                  |              |                  |         |             |                                  |
| ЗАВТРАК                | КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ                              | 140/5        | 2,0              | 3,8     | 22,9        | 133,7                            |
|                        | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 150/7        | 0,1              | 0,0     | 7,0         | 28,1                             |
|                        | СЫР ПОРЦИЯМИ                                     | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                             |
|                        | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                   | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,0        | 50,0                             |
| Итого за прием пищи:   |                                                  | 332          | 5,9              | 7,4     | 39,9        | 248,2                            |
|                        |                                                  |              |                  |         |             |                                  |
| 2 ЗАВТРАК              | ЯБЛОКО                                           | 160          | 0,6              | 0,6     | 15,7        | 75,2                             |
| Итого за прием пищи:   |                                                  | 160          | 0,6              | 0,6     | 15,7        | 75,2                             |
|                        |                                                  |              |                  |         |             |                                  |
| ОБЕД                   | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                    | 40           | 0,33             | 0,07    | 1           | 5,6                              |
|                        | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ         | 150          | 1,8              | 1,8     | 12,2        | 71,3                             |
|                        | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                          | 120          | 18,2             | 17,8    | 4,3         | 250,5                            |
|                        | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                | 150          | 2,5              | 4,3     | 20,4        | 130,5                            |
|                        | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                        | 160          | 0,4              | 0,0     | 21,5        | 88,9                             |
|                        | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 40           | 2,6              | 0,4     | 16,0        | 76,0                             |
| Итого за прием пищи:   |                                                  | 660          | 25,8             | 24,3    | 75,4        | 622,6                            |
|                        |                                                  |              |                  |         |             |                                  |
| УПЛОТНЕННЫЙ<br>ПОЛДНИК | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ              | 70           | 9,1              | 6,8     | 8,3         | 129,2                            |
|                        | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                  | 150          | 3,3              | 5,3     | 9,8         | 102,0                            |
|                        | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 150/7        | 0,1              | 0,0     | 7,0         | 28,1                             |
|                        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           | 1,5              | 0,1     | 10,0        | 47,4                             |
|                        | ПЕЧЕНЬЕ                                          | 20           | 1,4              | 5,9     | 11,9        | 106                              |
| Итого за прием пищи:   |                                                  | 417          | 15,4             | 18,1    | 47,0        | 412,7                            |
| Всего за день:         |                                                  |              | 47,7             | 50,4    | 178,0       | 1 358,7                          |

Согласовано

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МОУ ДЕТСКИЙ САД № 278

Т.А. КОММЕНКО

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.И

20.09.2016

## 20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Внеуроч

| Прием пищи           | Наименование блюда                               | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|----------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                      |                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Неделя 1<br>День 2   |                                                  |              |                  |         |             |                                  |
| ЗАВТРАК              | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурцы соленные)                | 40           | 0,3              | 0,0     | 1,0         | 5,4                              |
|                      | МАКАРОННЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ                     | 90           | 3,2              | 2,4     | 17,5        | 103,8                            |
|                      | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 150/7        | 0,1              | 0,0     | 7,0         | 28,1                             |
|                      | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                               | 30/10        | 2,4              | 7,5     | 15,2        | 137,1                            |
| Итого за прием пищи: |                                                  | 327          | 6,0              | 9,9     | 40,7        | 274,4                            |
| 2 ЗАВТРАК            | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ                | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 66,9                             |
| Итого за прием пищи: |                                                  | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 66,9                             |
| ОБЕД                 | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО     | 40           | 1,2              | 0,1     | 2,4         | 14,7                             |
|                      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ                        | 150          | 1,3              | 1,7     | 10,2        | 61,2                             |
|                      | ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ                          | 160          | 2,9              | 2,6     | 7,7         | 68,2                             |
|                      | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2-Й ВАРИАНТ)                     | 70           | 9,2              | 10,7    | 8,5         | 166,9                            |
|                      | СОУС СМЕТАННЫЙ                                   | 20           | 0,2              | 0,8     | 1,1         | 14,8                             |
|                      | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                          | 150          | 0,1              | 0,1     | 17,4        | 71,8                             |
|                      | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 40           | 2,6              | 0,4     | 16,0        | 76,0                             |
| Итого за прием пищи: |                                                  | 630          | 17,5             | 16,4    | 63,3        | 473,6                            |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК  | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ                     | 140          | 15,7             | 13,2    | 20,4        | 277,4                            |
|                      | КЕФИР                                            | 180          | 5,2              | 4,5     | 7,2         | 95,4                             |
|                      | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                   | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,0        | 50,0                             |
|                      | ПЕЧЕНЬЕ                                          | 20           | 1,4              | 5,9     | 11,9        | 106,0                            |
| Итого за прием пищи: |                                                  | 360          | 23,9             | 20,3    | 52,5        | 506,2                            |
| Всего за день:       |                                                  |              | 48,2             | 46,8    | 171,2       | 1 321,1                          |

Ответственное лицо \_\_\_\_\_

\* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

ЗАВЕДУЩИЙ

МОУ ДЕТСКИЙ САД № 27.

Т.А. КОЗЫРЕВ

Козыренко  
10.07.2026

серед

## 20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.И

20.07.2026

| Прием пищи             | Наименование блюда                               | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|------------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                        |                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Неделя 1<br>День 3     |                                                  |              |                  |         |             |                                  |
| ЗАВТРАК                | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ                              | 140/5        | 3,7              | 4,4     | 24,2        | 150,9                            |
|                        | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 150/7        | 0,1              | 0,0     | 7,0         | 28,1                             |
|                        | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                   | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,0        | 50,0                             |
| Итого за прием пищи:   |                                                  | 322          | 5,3              | 5,0     | 41,2        | 229,0                            |
| 2 ЗАВТРАК              | ЯБЛОКО                                           | 160          | 0,6              | 0,6     | 15,7        | 75,2                             |
| Итого за прием пищи:   |                                                  | 160          | 0,6              | 0,6     | 15,7        | 75,2                             |
| ОБЕД                   | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                    | 40           | 0,33             | 0,07    | 1           | 5,6                              |
|                        | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ                | 150/5        | 1,3              | 4,3     | 6,0         | 70,5                             |
|                        | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                              | 180          | 21,3             | 20,3    | 18,8        | 343,5                            |
|                        | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ                | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 66,9                             |
|                        | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 40           | 2,6              | 0,4     | 16,0        | 76,0                             |
|                        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           | 1,5              | 0,1     | 10,0        | 47,4                             |
| Итого за прием пищи:   |                                                  | 585          | 27,8             | 25,3    | 66,5        | 609,7                            |
| УПЛОТНЕННЫЙ<br>ПОЛДНИК | ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (отварные)                      | 110          | 15,2             | 11,8    | 16,5        | 241,7                            |
|                        | СОУС ЯБЛОЧНЫЙ                                    | 30           | 0,0              | 0,0     | 5,1         | 20,5                             |
|                        | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 150/7        | 0,1              | 0,0     | 7,0         | 28,1                             |
|                        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           | 1,5              | 0,1     | 10,0        | 47,4                             |
|                        | ПЕЧЕНЬЕ                                          | 20           | 1,4              | 5,9     | 11,9        | 106                              |
| Итого за прием пищи:   |                                                  | 407          | 18,2             | 17,8    | 50,5        | 443,7                            |
| Всего за день:         |                                                  |              | 51,9             | 48,7    | 173,9       | 1 357,6                          |

Ответственное лицо

\* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МУН. ДЕТСКИЙ САД № 278

1-А КОМПЛЕКС

Козиркина  
20.04.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.И.



20.04.2026

## 20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

сентябрь

| Прием пищи                    | Наименование блюда                                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                               |                                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Неделя 1<br>День 4<br>ЗАВТРАК | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ                                   | 140/5        | 4,2              | 4,6     | 20,5        | 140,3                            |
|                               | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ        | 150/7        | 0,1              | 0,0     | 7,0         | 28,1                             |
|                               | БУТЕРБРОД С БЫРОМ                                       | 30/10/5      | 4,6              | 6,8     | 15,2        | 140,5                            |
| Итого за прием пищи:          |                                                         | 347          | 8,9              | 11,4    | 42,7        | 308,9                            |
| 2 ЗАВТРАК                     | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочно-виноградный) | 150          | 0,0              | 0,0     | 16,8        | 66,9                             |
| Итого за прием пищи:          |                                                         | 150          | 0,0              | 0,0     | 16,8        | 66,9                             |
| ОБЕД                          | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО             | 40           | 1,2              | 0,1     | 2,4         | 14,7                             |
|                               | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                        | 150          | 1,6              | 1,8     | 11,7        | 68,3                             |
|                               | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                             | 120          | 14,6             | 5,3     | 13,4        | 175,1                            |
|                               | СОУС СМЕТАННЫЙ                                          | 20           | 0,2              | 0,8     | 1,1         | 14,8                             |
|                               | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                               | 160          | 0,4              | 0,0     | 21,5        | 88,9                             |
|                               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                             | 40           | 2,6              | 0,4     | 16,0        | 76,0                             |
|                               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 20           | 1,5              | 0,1     | 10,0        | 47,4                             |
| Итого за прием пищи:          |                                                         | 550          | 22,1             | 8,5     | 76,1        | 485,2                            |
| УПЛОТНЕННЫЙ<br>ПОЛДНИК        | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА                                      | 140          | 23,6             | 21,3    | 16,5        | 369,4                            |
|                               | КЕФИР                                                   | 180          | 5,2              | 4,5     | 7,2         | 95,4                             |
|                               | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                          | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,0        | 50,0                             |
|                               | ПЕЧЕНЬЕ                                                 | 20           | 1,4              | 5,9     | 11,9        | 106                              |
| Итого за прием пищи:          |                                                         | 400          | 31,7             | 32,3    | 45,6        | 620,8                            |
| Всего за день:                |                                                         |              | 62,7             | 52,2    | 181,2       | 1 481,8                          |

Ответственное лицо \_\_\_\_\_

\* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МОУ ДЕТСКИЙ САД № 273

Л.А. КОЗЫРЕНКО

Козыренко  
20.07.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.И

20.07.2026

## 20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

пешенца

| Прием пищи             | Наименование блюда                               | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|------------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                        |                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Неделя 1<br>День 5     |                                                  |              |                  |         |             |                                  |
| ЗАВТРАК                | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ                   | 140/5        | 3,6              | 5,2     | 19,3        | 139,3                            |
|                        | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 150/7        | 0,1              | 0,0     | 7,0         | 28,1                             |
|                        | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                               | 30/10        | 2,4              | 7,5     | 15,2        | 137,1                            |
| Итого за прием пищи:   |                                                  | 342          | 6,1              | 12,7    | 41,5        | 304,5                            |
| 2 ЗАВТРАК              | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)     | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 66,9                             |
| Итого за прием пищи:   |                                                  | 150          | 0,8              | 0,2     | 14,7        | 66,9                             |
| ОБЕД                   | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                    | 40           | 0,33             | 0,07    | 1           | 5,6                              |
|                        | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ                | 150/5        | 1,3              | 4,3     | 6,0         | 70,5                             |
|                        | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                              | 180          | 21,3             | 20,3    | 18,8        | 343,5                            |
|                        | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                          | 150          | 0,1              | 0,1     | 17,4        | 71,8                             |
|                        | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 40           | 2,6              | 0,4     | 16,0        | 76,0                             |
|                        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           | 1,5              | 0,1     | 10,0        | 47,4                             |
| Итого за прием пищи:   |                                                  | 585          | 27,1             | 25,2    | 69,2        | 614,6                            |
| УПЛОТНЕННЫЙ<br>ПОЛДНИК | КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ          | 160          | 3,8              | 6,0     | 22,0        | 165,4                            |
|                        | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ              | 70           | 9,1              | 6,8     | 8,3         | 129,2                            |
|                        | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 150/7        | 0,1              | 0,0     | 7,0         | 28,1                             |
|                        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 20           | 1,5              | 0,1     | 10,0        | 47,4                             |
|                        | ПЕЧЕНЬЕ                                          | 20           | 1,4              | 5,8     | 11,9        | 106,0                            |
| Итого за прием пищи:   |                                                  | 427          | 16,0             | 14,9    | 62,2        | 453,5                            |
| Всего за день:         |                                                  |              | 50,0             | 53,0    | 187,6       | 1 439,5                          |

Ответственное лицо \_\_\_\_\_

\* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.