Согласовано

Завдующий

Гавер И.В. Патриаш

19.10.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 День1						
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 СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	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 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

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующая
Батрина В.
19.10.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.
19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 День 2						
ЗАВТРАК	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	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 ЗЕЛЕНОГО 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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2024

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 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 СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	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 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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

МОУ детский сад № 379

19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 День 4						
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 СЫРОМ	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 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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующий
Павлова Н.В. Патрина
14.10.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

14.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 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 СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	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 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	5,9	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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующий

Детский сад № 379 М.В. Патрина

19.10.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

29.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 6						
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
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	2,9	0,0	35,3
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		**332**	**7,5**	**7,9**	**41,2**	**264,3**
2 ЗАВТРАК	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (банан)	160	2,3	0,8	32,7	149,4
Итого за прием пищи:		**160**	**2,3**	**0,8**	**32,7**	**149,4**
ОБЕД	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,3	1,7	10,2	61,2
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (с соусом сметанным)	190	13,3	12,3	11,3	209,7
	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:		**580**	**18,8**	**14,5**	**61,4**	**450,5**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1,1	7,8
	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	106,0
Итого за прием пищи:		**477**	**15,9**	**18,2**	**48,1**	**420,5**
Всего за день:			**44,5**	**41,4**	**183,4**	**1 284,7**

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 7						
ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/5	4,6	6,8	15,2	140,5
Итого за прием пищи:		**347**	**8,4**	**10,7**	**45,7**	**312,7**
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 СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,6	4,3	9,5	95,5
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	120	11,3	5,7	25,2	206,1
	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:		**515**	**18,9**	**10,5**	**69,1**	**454,8**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	15,5	11,6	17,2	246,0
	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:		**350**	**23,6**	**22,6**	**46,3**	**497,4**
Всего за день:			**51,5**	**44,4**	**176,8**	**1 340,1**

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующая

Пахомова Ю.В.

19.10.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 8						
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
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		**322**	**5,2**	**5,8**	**36,3**	**217,4**
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
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5
	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (60/60)	120	18,2	17,8	4,3	250,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	2,6	4,6	21,7	139,5
	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:		**675**	**26,3**	**27,2**	**71,9**	**640,1**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (с соусом сметанным)	190	13,3	12,3	11,3	209,7
	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
	ВАФЛИ	30	1,0	8,8	18,8	154,2
Итого за прием пищи:		**397**	**15,9**	**21,2**	**47,1**	**439,4**
Всего за день:			**47,4**	**54,2**	**172,1**	**1 363,8**

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующий

Павел И.В. Патрина

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 9						
ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/5	4,6	6,8	15,2	140,5
Итого за прием пищи:		**347**	**8,4**	**10,7**	**45,7**	**312,7**
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 СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,6	4,3	9,5	95,5
	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
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	0,8	0,2	14,7	66,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		**555**	**24,6**	**11,1**	**65,7**	**481,1**
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:			**57,5**	**42,7**	**179,6**	**1 375,2**

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующий

Директор

детский сад № 379 Т.В. Патрикеева 19.10.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 10						
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
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	2,9	0,0	35,3
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		**332**	**8,0**	**8,1**	**37,5**	**253,7**
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	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1-Й ВАРИАНТ)	70	9,4	10,8	8,1	167,8
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,2	0,8	1,1	14,8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,5	5,6	10,4	108,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		**665**	**20,1**	**22,1**	**75,5**	**588,6**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (отварные)	110	15,2	11,8	16,5	241,7
	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,0	0,0	5,1	20,5
	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**	**23,3**	**22,8**	**50,7**	**513,6**
Всего за день:			**52,2**	**53,2**	**178,4**	**1 422,8**

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующий

Гиш Т.В. Батрина

19.10.2021

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2021

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 11						
ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1
	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**	**4,5**	**40,5**	**222,2**
2 ЗАВТРАК	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (банан)	160	2,3	0,8	32,7	149,4
Итого за прием пищи:		**160**	**2,3**	**0,8**	**32,7**	**149,4**
ОБЕД	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,6	4,3	9,5	95,5
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	120	11,8	6,1	25,2	211,7
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	150	0,8	0,2	14,7	66,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		**535**	**21,6**	**11,1**	**76,4**	**502,9**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	9,1	6,8	8,3	129,2
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3)	150	2,9	5,9	14,8	129,6
	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	106,0
Итого за прием пищи:		**447**	**15,0**	**18,7**	**52,0**	**440,3**
Всего за день:			**44,2**	**35,1**	**201,6**	**1 314,8**

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующий

Гаевский Н.В. Патриенко

19.10.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 12						
ЗАВТРАК	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150/5	2,2	3,8	25,3	144,5
	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:		**352**	**4,7**	**11,3**	**47,5**	**309,7**
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	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	140	21,5	20,1	4,1	290,4
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	2,6	4,6	21,7	139,5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	17,4	71,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		**685**	**29,3**	**29,6**	**67,6**	**662,9**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	130/5	9,8	9,6	26,8	238,3
	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		**335**	**16,5**	**14,7**	**44,0**	**383,7**
Всего за день:			**51,1**	**56,2**	**174,8**	**1 431,5**

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

МОУ детский сад № 379

19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 13						
ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	2,9	0,0	35,3
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		**332**	**7,5**	**7,4**	**40,5**	**257,5**
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 СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,8	1,8	12,2	71,3
	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70	10,5	10,9	5,5	162,5
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ	70	1,1	3,4	4,8	61,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,5	5,6	10,4	108,5
	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:		**690**	**20,2**	**22,1**	**71,4**	**573,8**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (мясо)	140	9,5	10,4	23,5	227,1
	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
	ВАФЛИ	30	1,0	8,8	18,8	154,2
Итого за прием пищи:		**347**	**12,1**	**19,8**	**59,3**	**459,4**
Всего за день:			**40,6**	**49,5**	**185,9**	**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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующий

Пол И.В. Батрина

19.10.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 14						
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
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		322	5,2	5,8	36,3	217,4
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
	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 ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		585	28,0	25,3	70,6	623,9
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (отварные)	110	15,2	11,8	16,5	241,7
	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	20	0,0	0,0	3,3	13,5
	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:		350	23,4	18,9	51,9	484,0
Всего за день:			56,6	50,0	175,6	1 392,2

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующий

Паш И.В. Батрина

19.10.2026

МОУ детский сад № 379

ИНН 3442041577 ОГРН 1023402637455

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

Российская Федерация Общество с ограниченной ответственностью «Алеко» ОГРН 1033400263820

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 15						
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 СЫРОМ	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 (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 СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,3	1,7	10,2	61,2
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1-Й ВАРИАНТ)	70	9,4	10,8	8,1	167,8
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,2	0,8	1,1	14,8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,5	5,6	10,4	108,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		**660**	**19,2**	**19,4**	**78,3**	**570,0**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (с соусом сметанным)	190	13,3	12,3	11,3	209,7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за прием пищи:		**427**	**17,1**	**18,4**	**45,3**	**414,8**
Всего за день:			**46,0**	**49,4**	**181,0**	**1 360,6**

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 16						
ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	2,9	0,0	35,3
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		**332**	**7,5**	**7,4**	**40,5**	**257,5**
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	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (мясо)	160	11,0	12,1	26,9	259,2
	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:		**555**	**16,5**	**16,9**	**72,8**	**509,3**
УПЛОТНЕННЫЙ	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	9,1	6,8	8,3	129,2
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	160	3,8	6,0	22,0	165,4
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за прием пищи:		**437**	**16,7**	**18,9**	**64,3**	**499,7**
Всего за день:			**41,3**	**43,8**	**193,3**	**1 341,7**

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 17						
ЗАВТРАК	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	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
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		**307**	**6,0**	**3,1**	**36,9**	**196,6**
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	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,6	4,3	9,5	95,5
	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 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:		**535**	**22,4**	**10,9**	**58,4**	**438,6**
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:		**390**	**23,8**	**24,2**	**49,5**	**528,8**
Всего за день:			**52,2**	**38,2**	**161,6**	**1 230,9**

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующий

Пасей И.В. Патрина

19.10.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 18						
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 СЫРОМ	30/10/5	4,6	6,8	15,2	140,5
Итого за прием пищи:		**347**	**8,3**	**12,0**	**41,5**	**307,9**
2 ЗАВТРАК	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (банан)	160	2,3	0,8	32,7	149,4
Итого за прием пищи:		**160**	**2,3**	**0,8**	**32,7**	**149,4**
ОБЕД	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,3	1,7	10,2	61,2
	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (60/60)	120	18,2	17,8	4,3	250,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,5	5,6	10,4	108,5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	17,4	71,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		**660**	**26,9**	**25,7**	**60,7**	**582,7**
УПЛОТНЕННЫЙ	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	9,1	6,8	8,3	129,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160/5	2,6	4,0	21,7	134,3
	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	106,0
Итого за прием пищи:		**432**	**14,8**	**12,9**	**61,9**	**422,4**
Всего за день:			**52,3**	**51,4**	**196,8**	**1 462,4**

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующий

Н. В. Патрикеева

19.10.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

19.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 19						
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
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	7,5	15,2	137,1
Итого за прием пищи:		**342**	**6,2**	**11,9**	**46,4**	**316,1**
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 СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150	1,6	1,8	11,7	68,3
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70/5	9,1	10,3	8,4	161,3
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3)	160	2,4	4,8	13,0	104,2
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за прием пищи:		**625**	**16,4**	**17,3**	**72,6**	**509,7**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	№237 ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	15,5	11,6	17,2	246,0
	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	ВАФЛИ	30	1,0	8,8	18,8	154,2
Итого за прием пищи:		**360**	**23,2**	**25,5**	**53,2**	**545,6**
Всего за день:			**46,6**	**54,9**	**186,9**	**1 438,3**

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

_____

_____

Утверждаю: ООО Алеко

_____ **Ковалева А.В.**

_____

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 20						
ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	2,9	0,0	35,3
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		**332**	**7,5**	**7,4**	**40,5**	**257,5**
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	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	120	14,6	5,3	13,4	175,1
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,4	1,2	1,7	22,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за прием пищи:	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
		565	**22,0**	**11,4**	**72,0**	**500,7**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (с соусом сметанным)	190	13,3	12,3	11,3	209,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за прием пищи:		**417**	**16,3**	**18,3**	**40,2**	**391,2**
Всего за день:			**46,4**	**37,7**	**168,4**	**1 224,6**

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.