Согласовано
ЗАВЕДУЮЩИЙ МОУ ДЕТСКИМ САДОМ № 273 Т.А. КОЗЫРЕНКО
Козыренко
01.10.2026

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.
01.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для аллергиков дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 6						
ЗАВТРАК	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	170/5	4,3	4,5	27,6	167,7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,9	39,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	15,0	75,0
Итого за завтрак		405	6,6	5,4	52,5	282,6
2 ЗАВТРАК	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (банан)	160	2,3	0,8	32,7	149,4
Итого за 2 завтрак		160	2,3	0,8	32,7	149,4
ОБЕД	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	1,7	0,1	3,6	22,1
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	1,6	1,9	12,2	73,2
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (с соусом сметанным)	190	13,3	12,3	11,3	209,7
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,4	0,0	24,3	99,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0,2	15,1	71,0
Итого за обед		690	22,6	14,9	87,7	577,9
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0.1	1,1	7,8
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	80/5	12,8	13,0	11,7	214,0
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,0	6,4	11,8	123,0
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,9	39,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за уплотненный полдник		575	21,1	25,6	61,5	561,7
Всего за день			52,6	46,7	234,4	1 571,6

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

Козорезенко
01.10.2026

ЗАВЕДУЮЩИЙ
МОУ ДЕТСКИМ САДОМ № 273
Т.А. КОЗОРЕЗЕНКО

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

01.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для аллергиков дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 7						
ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170/5	4,6	4,0	28,5	167,9
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,9	39,9
	СЫР ПОРЦИЯМИ	15	3,4	4,3	0,0	53,0
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	15,0	75,0
Итого за завтрак		**420**	**10,3**	**9,2**	**53,4**	**335,8**
2 ЗАВТРАК	ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75,2
Итого за 2 завтрак		**160**	**0,6**	**0,6**	**15,7**	**75,2**
ОБЕД	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1,1	7,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/20	5,9	5,7	12,7	126,5
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150	14,2	6,9	31,5	258,6
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого за обед		**670**	**26,3**	**13,4**	**102,9**	**652,2**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	160	19,1	14,2	21,0	302,7
	КЕФИР	200	5,8	5,0	8,0	106,0
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,0	1,2	20,0	100,0
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
Итого за уплотненный полдник		**430**	**30,2**	**23,3**	**71,3**	**633,8**
Всего за день			**67,4**	**46,5**	**243,3**	**1 697,0**

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

Согласовано
01.10.2026
ЗАВЕДУЮЩИЙ МОУ ДЕТСКИМ САДОМ № 273 Т.А. КОЗЫРЕВА

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.
01.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для аллергиков дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 8						
ЗАВТРАК	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	170/5	4,1	5,5	22,1	154,3
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,9	39,9
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15/5	6,6	8,2	20,2	182,4
Итого за завтрак		**435**	**10,8**	**13,7**	**52,2**	**376,6**
2 ЗАВТРАК	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочно-виноградный)	180	0,0	0,0	20,1	80,3
Итого за 2 завтрак		**180**	**0,0**	**0,0**	**20,1**	**80,3**
ОБЕД	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	1,7	0,1	3,6	22,1
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180/5	1,6	5,0	7,2	82,4
	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	140	21,3	20,9	5,2	292,0
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	2,8	5,0	23,1	148,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,4	0,0	24,3	99,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		**785**	**31,1**	**31,4**	**84,6**	**746,9**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (с соусом сметанным)	190	13,3	12,3	11,3	209,7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,9	39,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ВАФЛИ	30	1,0	8,8	18,8	154,2
Итого за уплотненный полдник		**440**	**15,9**	**21,2**	**50,0**	**451,2**
Всего за день			**57,8**	**66,3**	**206,9**	**1 655,0**

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 МОУ ДЕТСКИМ САДОМ № 273 Г.А. КОЗЫРЕНКО
Козыренко
01.10.2026

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.
01.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для аллергиков дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 10						
ЗАВТРАК	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	170/5	5,1	4,9	24,8	162,8
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,9	39,9
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15/5	6,6	8,2	20,2	182,4
Итого за завтрак		**435**	**11,8**	**13,1**	**54,9**	**385,1**
2 ЗАВТРАК	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	180	0,9	0,2	17,7	80,3
Итого за 2 завтрак		**180**	**0,9**	**0,2**	**17,7**	**80,3**
ОБЕД	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	1,7	0,1	3,6	22,1
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180/5	1,6	5,0	7,2	82,4
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1-Й ВАРИАНТ)	80	10,6	12,6	9,3	192,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,4	1,2	1,7	22,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,0	6,4	11,8	123,0
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,4	0,0	24,3	99,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого за обед		**795**	**24,3**	**25,9**	**94,2**	**715,3**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (отварные)	140/5	19,2	13,9	21,2	298,7
	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,0	0,0	5,1	20,5
	КЕФИР	200	5,8	5,0	8,0	106,0
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
Итого за уплотненный полдник		**425**	**28,8**	**22,4**	**66,6**	**600,3**
Всего за день			**65,8**	**61,6**	**233,4**	**1 781,0**

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
МБОУ ДЕТСКИМ САДОМ № 273
Т. А. КОЗЫРЕНКО

01.10.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

01.10.2026

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для аллергиков дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 9						
ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170/5	4,6	4,0	28,5	167,9
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	0,1	0,0	9,9	39,9
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,2	0,9	15,0	75,0
Итого за завтрак		**405**	**6,9**	**4,9**	**53,4**	**282,8**
2 ЗАВТРАК	ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75,2
Итого за 2 завтрак		**160**	**0,6**	**0,6**	**15,7**	**75,2**
ОБЕД	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1,1	7,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/20	5,9	5,7	12,7	126,5
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	18,1	6,6	16,8	218,8
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,4	1,2	1,7	22,5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
Итого за обед		**690**	**29,8**	**14,2**	**84,8**	**611,3**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	180	20,5	17,0	26,2	356,9
	КЕФИР	200	5,8	5,0	8,0	106,0
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	ПЕЧЕНЬЕ	40	3,0	3,9	29,8	166,8
Итого за уплотненный полдник		**440**	**30,8**	**26,5**	**74,0**	**679,7**
Всего за день			**68,1**	**46,2**	**227,9**	**1 649,0**

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.