Согласовано
Заведующий МОУ Детским садом № 117
Е.Г. Жуненкова
28.09.2026

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.
28.09.2026

# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

## Зима-Осень

## для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Неделя 3<br>Вариант 11 | | | | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ) | 150 | 5,5 | 2,6 | 28 | 158 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 2,3 | 1,8 | 11,4 | 71,3 |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,7 |
| | БАТОН | 45 | 3,4 | 1,3 | 23,1 | 117,9 |
| Итого за завтрак | | 350 | 12,4 | 7,2 | 62,5 | 364,9 |
| | | | | | | |
| 2 Завтрак | ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ | 110 | 0,7 | 0,5 | 31,9 | 137,0 |
| Итого за 2 завтрак | | 110 | 0,7 | 0,5 | 31,9 | 137,0 |
| | | | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 29,5 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 150 | 2,1 | 2,3 | 11,7 | 75,8 |
| | МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) | 150 | 14,8 | 7,6 | 31,5 | 272,7 |
| | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 150 | 0,1 | 0,1 | 17,4 | 71,8 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 |
| Итого за обед | | 520 | 20,2 | 12,2 | 81,3 | 536,6 |
| | | | | | | |
| Уплотненный полдник | ИКРА МОРКОВНАЯ | 40 | 0,5 | 2 | 3,1 | 32,8 |
| | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 50 | 6,1 | 8 | 8,1 | 109,6 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 2,3 | 3,3 | 15,6 | 104,9 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | 0,2 | 0 | 10 | 41,7 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 |
| Итого за Уплотненный полдник | | 437 | 12,2 | 13,5 | 56,9 | 383,7 |
| Всего за день: | | | 45,5 | 33,4 | 232,6 | 1422,2 |

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 МОУ Детским садом № 117

Е.Г. Жуненкова

28.09.2026

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

28.09.2026

# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

## Зима-Осень

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

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Неделя 3 Вариант 11** | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ) | 180 | 6,6 | 3,2 | 33,6 | 189,6 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,8 | 2,2 | 15,4 | 92,9 |
| | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35/10 | 2,8 | 7,5 | 17,7 | 157,7 |
| **Итого за завтрак** | | **405** | **12,2** | **12,9** | **66,7** | **440,2** |
| **2 Завтрак** | ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ | 110 | 0,7 | 0,5 | 31,9 | 137,0 |
| **Итого за 2 завтрак** | | **110** | **0,7** | **0,5** | **31,9** | **137,0** |
| **Обед** | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 50 | 0,7 | 2,9 | 4,1 | 45,6 |
| | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | 2,1 | 4,5 | 9,1 | 85,7 |
| | МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) | 150 | 14,8 | 7,6 | 31,5 | 272,7 |
| | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,2 | 0,2 | 23,2 | 95,7 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 |
| **Итого за обед** | | **670** | **24,2** | **15,8** | **109,2** | **696,4** |
| **Уплотненный полдник** | ИКРА МОРКОВНАЯ | 60 | 1,3 | 3,0 | 6,6 | 59,8 |
| | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ | 70 | 11,5 | 11,6 | 11,5 | 197,9 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,1 | 4,6 | 21,4 | 143,9 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 41,7 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 |
| **Итого за Уплотненный полдник** | | **517** | **19,2** | **19,4** | **69,6** | **538,0** |
| **Всего за день:** | | | **56,3** | **48,6** | **277,4** | **1 811,6** |

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 МОУ Детским садом № 117
Е.Г. Жуненкова
28.09.2026

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.
28.09.2026

# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

## Зима-Осень

### для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Неделя 3 День 11 | | | | | | |
| Завтрак | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ) | 180 | 6,6 | 3,2 | 33,6 | 189,6 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,8 | 2,2 | 15,4 | 92,9 |
| | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35/10 | 2,8 | 7,5 | 17,7 | 157,7 |
| Итого за завтрак | | 405 | 12,2 | 12,9 | 66,7 | 440,2 |
| | | | | | | |
| 2 Завтрак | ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ | 110 | 0,7 | 0,5 | 31,9 | 137,0 |
| Итого за 2 завтрак | | 110 | 0,7 | 0,5 | 31,9 | 137,0 |
| | | | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 60 | 0,8 | 3,5 | 4,9 | 54,6 |
| | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | 2,1 | 4,5 | 9,1 | 85,7 |
| | МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина) | 150 | 14,8 | 7,6 | 31,5 | 272,7 |
| | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,2 | 0,2 | 23,2 | 95,7 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 |
| Итого за обед | | 670 | 23,5 | 16,4 | 105,0 | 681,7 |
| | | | | | | |
| Полдник | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 208,5 |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 200 | 0,1 | 0,0 | 28,4 | 114,0 |
| Итого за Полдник | | 250 | 3,9 | 4,9 | 65,6 | 322,5 |
| | | | | | | |
| Ужин | ИКРА МОРКОВНАЯ | 60 | 1,3 | 3,0 | 6,6 | 59,8 |
| | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ | 70 | 11,5 | 11,6 | 11,5 | 197,9 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,1 | 4,6 | 21,4 | 143,9 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 41,7 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 |
| Итого за Ужин | | 527 | 19,9 | 19,5 | 74,6 | 561,7 |
| | | | | | | |
| 2 ужин | КЕФИР | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 |
| Итого за 2 ужин | | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 |
| Всего за день: | | | 65,3 | 58,6 | 350,8 | 2 235,6 |

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.