МБДОУ Д/с «Скворушка» п. Аэропорт Дата

Заведующий: \_\_\_\_\_\_\_Т.И. Самсонова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025 г. (понедельник) | 1 день | |
| Наименование блюда | Выход | Ккал |
| Завтрак 1 |  |  |
| Каша манная жидкая с маслом  Масло сливочное  Хлеб пшеничный  Чай с сахаром | 150  10  40  180/10 | 134  66  93  40 |
| Завтрак 2 |  |  |
| Сок | 100 | 98 |
| Обед |  |  |
| Салат из свежих овощей  Суп картофельный с вермишелью  Куры тушеные в соусе  Каша гречневая рассыпчатая с маслом  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Компот из сушеных фруктов + С | 50  180  70  130  50  25  180 | 46,05  105  124,5  248  118  43,5  102 |
| Полдник |  |  |
| Печенье  Чай с сахаром | 40  180 | 165,8  92 |
| Ужин |  |  |
| Запеканка из творога с манной крупой  Сгущенное молоко  Хлеб пшеничный  Чай с сахаром | 100  20  40  180/10 | 248  57,68  93  40 |

МБДОУ Д/с «Скворушка» п. Аэропорт Дата

Заведующий: \_\_\_\_\_\_\_Т.И. Самсонова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025 г. (вторник) | 2 день | |
| Наименование блюда | Выход | Ккал |
| Завтрак 1 |  |  |
| Каша пшенная жидкая с маслом  Масло сливочное  Хлеб пшеничный  Кофейный напиток с молоком | 150  10  40  180 | 168  66  93  91 |
| Завтрак 2 |  |  |
| Фрукты | 100 | 44 |
| Обед |  |  |
| Салат из свеклы  Суп с рыбный  Котлеты из рыбы запеченные  Рис припущенный  Соус томатный  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Компот из свежих плодов | 50  180  70  130  30  50  25  180 | 48,35  206  115  200  24,83  118  43,5  87,84 |
| Полдник |  |  |
| Кисломолочный продукт  Выпечка | 200  30 | 108,8  125,1 |
| Ужин |  |  |
| Картофель в молоке  Хлеб пшеничный | 150  40 | 132  93 |

МБДОУ Д/с «Скворушка» п. Аэропорт Дата

Заведующий: \_\_\_\_\_\_\_Т.И. Самсонова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025 г. (среда) | 3 день | |
| Наименование блюда | Выход | Ккал |
| Завтрак 1 |  |  |
| Каша овсяная жидкая с маслом  Сыр порциями российский  Хлеб пшеничный  Чай с сахаром | 150  10  40  180/10 | 168  66  93  40 |
| Завтрак 2 |  |  |
| Сок | 100 | 95 |
| Обед |  |  |
| Салат из свежих овощей  Суп гороховый  Гренки из пшеничного хлеба  Бефстроганов из отварной говядины с соусом  Каша перловая рассыпчатая с маслом  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Компот из сушеных фруктов + С | 50  180  20  70  130  50  25  180 | 33,25  107,8  73,64  124,5  186  118  43,5  102 |
| Полдник |  |  |
| Кисель  Выпечка | 180  40 | 90  165,8 |
| Ужин |  |  |
| Омлет натуральный с маслом  Салат из горошка консервированного  Хлеб пшеничный  Чай с сахаром | 85  50  40  180/10 | 157  50,1  93  40 |

МБДОУ Д/с «Скворушка» п. Аэропорт Дата

Заведующий: \_\_\_\_\_\_\_Т.И. Самсонова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025 г. (четверг) | 4 день | |
| Наименование блюда | Выход | Ккал |
| Завтрак 1 |  |  |
| Каша рисовая жидкая с маслом  Масло сливочное  Хлеб пшеничный  Какао с молоком | 150  10  40  180/10 | 121  66  93  107 |
| Завтрак 2 |  |  |
| Фрукты | 100 | 98 |
| Обед |  |  |
| Салат из свежих овощей  Борщ со сметаной на курином бульоне  Кнели куриные с рисом  Макароны отварные с маслом  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Компот из сушеных фруктов + С | 50  180  70  130  50  25  180 | 29,9  96,6  217  135  118  43,5  41 |
| Полдник |  |  |
| Кисломолочный продукт  Выпечка | 200  60 | 108,8  125,1 |
| Ужин |  |  |
| Гречка с молоком  Хлеб пшеничный  Чай с сахаром | 200  40  180 | 145,2  93  76 |

МБДОУ Д/с «Скворушка» п. Аэропорт Дата

Заведующий: \_\_\_\_\_\_\_Т.И. Самсонова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025 г. (пятница) | 5 день | |
| Наименование блюда | Выход | Ккал |
| Завтрак 1 |  |  |
| Каша ячневая  Сыр порциями российский  Масло сливочное  Хлеб пшеничный  Чай с сахаром | 150  10  10  40  180/10 | 184  36  66  93  40 |
| Завтрак 2 |  |  |
| Сок | 100 | 44 |
| Обед |  |  |
| Салат винегрет овощной  Суп рассольник Ленинградский  Овощное рагу  Биточки из говядины  Соус томатный  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Компот из сушеных фруктов + С | 50  180  130  70  30  50  25  180 | 47,4  133,8  171  130  24,83  118  43,5  102 |
| Полдник |  |  |
| Молоко кипячёное  Выпечка | 180  60 | 102  205,2 |
| Ужин |  |  |
| Сырники из творога  Сгущенное молоко  Хлеб пшеничный  Чай с сахаром | 100  20  40  180 | 245  57,68  93  40 |

МБДОУ Д/с «Скворушка» п. Аэропорт Дата

Заведующий: \_\_\_\_\_\_\_Т.И. Самсонова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025 г. (понедельник) | 6 день | |
| Наименование блюда | Выход | Ккал |
| Завтрак 1 |  |  |
| Каша «Дружба»  Масло сливочное  Хлеб пшеничный  Чай с сахаром | 150  10  40  180/10 | 134  66  93  40 |
| Завтрак 2 |  |  |
| Сок | 100 | 44 |
| Обед |  |  |
| Салат из свежих овощей  Суп картофельный с клёцками  Рыба кусочками в соусе  Капуста тушеная  Соус томатный  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Компот из сушеных фруктов + С | 50  180  70  130  30  50  25  180 | 29,9  69,2  217  97,8  24,83  118  43,5  102 |
| Полдник |  |  |
| Вафли  Чай с лимоном | 40  180 | 165,8  92 |
| Ужин |  |  |
| Манник  Сгущенное молоко  Хлеб пшеничный  Чай с сахаром | 100  20  40  180 | 248  57,68  93  40 |

МБДОУ Д/с «Скворушка» п. Аэропорт Дата

Заведующий: \_\_\_\_\_\_\_Т.И. Самсонова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025 г.  (вторник) | 7 день | |
| Наименование блюда | Выход | Ккал |
| Завтрак 1 |  |  |
| Каша пшенная жидкая с маслом  Масло сливочное  Хлеб пшеничный  Кофейный напиток с молоком | 150  10  40  180 | 168  66  93  91 |
| Завтрак 2 |  |  |
| фрукты | 100 | 95 |
| Обед |  |  |
| Салат из свежих овощей  Свекольник  Ленивые голубцы  Макароны отварные с маслом  Соус томатный  Хлеб ржаной  Хлеб пшеничный  Компот из свежих плодов | 50  180  70  130  30  25  50  180 | 46,05  110  80  137  24,83  43,5  118  87,84 |
| Полдник |  |  |
| Кисломолочный продукт  Печенье | 200  30 | 108,8  125,1 |
| Ужин |  |  |
| Суп молочный с макаронными изделиями  Хлеб пшеничный  Чай с сахаром | 200  40  180 | 145,2  93  76 |

МБДОУ Д/с «Скворушка» п. Аэропорт Дата

Заведующий: \_\_\_\_\_\_\_Т.И. Самсонова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025 г. (среда) | 8 день | |
| Наименование блюда | Выход | Ккал |
| Завтрак 1 |  |  |
| Каша ячневая вязкая с маслом  Масло сливочное  Хлеб пшеничный  Чай с сахаром | 150  10  40  180/10 | 184  66  93  40 |
| Завтрак 2 |  |  |
| Сок | 100 | 44 |
| Обед |  |  |
| Салат картофель с солёным огурцом  Суп фасолевый  Плов из птицы  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Компот из сушеных фруктов + С | 50  180  200  50  25  180 | 48,35  107,8  406  118  43,5  102 |
| Полдник |  |  |
| Кисель  Выпечка | 180  40 | 90  165,8 |
| Ужин |  |  |
| Омлет натуральный с маслом  Хлеб пшеничный  Чай с лимоном | 85  40  180 | 157  93  40 |

МБДОУ Д/с «Скворушка» п. Аэропорт Дата

Заведующий: \_\_\_\_\_\_\_Т.И. Самсонова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025 г. (четверг) | 9 день | |
| Наименование блюда | Выход | Ккал |
| Завтрак 1 |  |  |
| Каша рисовая жидкая с маслом  Сыр порциями российский  Масло сливочное  Хлеб пшеничный  Какао с молоком | 150  10  10  40  180 | 121  36  66  93  107 |
| Завтрак 2 |  |  |
| Сок | 100 | 44 |
| Обед |  |  |
| Салат винегрет овощной  Суп рассольник Ленинградский  Жаркое по- домашнему  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Компот из сушеных фруктов + С | 50  180  200  50  25  180 | 47,4  96,6  124,5  118  43,5  41 |
| Полдник |  |  |
| Кисломолочный продукт  Пряник | 200  30 | 108,8  125,1 |
| Ужин |  |  |
| Макароны отварные с маслом  Чай с лимоном | 60  155 | 153  135 |

МБДОУ Д/с «Скворушка» п. Аэропорт Дата

Заведующий: \_\_\_\_\_\_\_Т.И. Самсонова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025 г. (пятница) | 10 день | |
| Наименование блюда | Выход | Ккал |
| Завтрак 1 |  |  |
| Каша овсяная жидкая с маслом  Масло сливочное  Хлеб пшеничный  Чай с сахаром | 150  10  40  180 | 168  66  93  40 |
| Завтрак 2 |  |  |
| Сок | 100 | 44 |
| Обед |  |  |
| Салат из свежих овощей  Суп Харчо  Картофельное пюре  Куры отварные  Соус томатный  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Компот из сушеных фруктов + С | 50  180  130  70  30  50  25  180 | 33,25  133,8  248  130  24,83  118  43,5  102 |
| Полдник |  |  |
| Кисель  Вафли | 180  40 | 102  205,2 |
| Ужин |  |  |
| Ленивые вареники  Сгущенное молоко  Хлеб пшеничный  Чай с сахаром | 100  20  40  180 | 245  57,68  93  40 |