

Утверждаю:

Директор: _____



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

1 день

Согласовано
Директор школы:
М.С. Мещерякова
приказ от 09.01.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200	9,0	13,0	40,0	318,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	3,0	2,5	15,5	95,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8
БАТОН № 5	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за прием пищи:	420	14,4	23,7	71,0	567,0
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200	2,5	5,0	8,2	81,6
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ № 277	80	7,6	9,2	6,0	140,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	150	8,4	6,3	38,3	248,8
ЧАЙ С САХАРОМ № 392	190	0,1	0,0	14,3	57,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	730	23,7	21,1	99,0	681,7
Полдник					
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ № 393	180	0,2	0,0	13,7	55,8
Итого за прием пищи:	230	1,6	1,7	52,4	232,8
Всего за день:		40,1	46,9	231,9	1 527,1

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю:

Директор: _____



2 день

Согласовано:
Директор школы
И.А. Мовш
приказ № 2 от 09.01.21

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углевод	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА № 175	200	5,4	5,6	43,2	244,0
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190	0,1	0,0	14,3	57,0
Итого за прием пищи:	435	9,9	12,3	72,1	442,6
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	200	1,9	2,3	15,7	91,1
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150	9,6	9,5	14,9	207,3
КИСЕЛЬ №247	180	1,3	0,0	29,0	117,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	640	17,9	12,4	91,8	569,0
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ № 372	200	0,2	0,2	23,2	95,6
Итого за прием пищи:	250	4,0	5,1	60,4	304,1
Всего за день:		32,6	29,9	238,9	1 378,3

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю:

Директор:



3 день

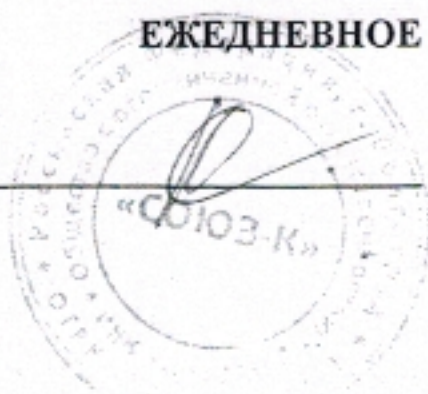
Согласовано:
Директор школы:
Маг. Н. М. Мамаева
приказ от 09.01.2020

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углевод	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200	5,7	9,8	41,2	284,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180	0,2	0,0	13,7	55,8
БАТОН № 5	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за прием пищи:	415	8,2	14,3	70,3	456,3
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) № 80	200	1,8	2,3	13,5	81,8
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) № 455	70	9,0	11,6	9,1	179,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ № 205	130	4,9	7,9	29,6	211,9
ЧАЙ С САХАРОМ № 392	190	0,1	0,0	14,3	57,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	700	20,9	22,4	98,7	683,9
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2	50	3,3	0,2	27,2	117,4
КАКАО С МОЛОКОМ № 397	200	4,1	3,6	17,4	118,8
Итого за прием пищи:	250	7,4	3,8	44,6	236,2
Всего за день:		37,3	40,7	228,3	1 439,0

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю:

Директор:



4 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200	6,1	2,9	31,0	173,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	3,0	2,5	15,5	95,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4
БАТОН № 5	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за прием пищи:	415	11,4	9,9	61,9	385,4
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	100	0,9	0,2	7,9	41,7
Итого за прием пищи:	100	0,9	0,2	7,9	41,7
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200	1,5	4,0	10,0	82,5
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150	25,4	27,3	25,3	454,3
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ № 376	180	0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	640	32,0	31,9	81,5	746,2
Полдник					
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ № 394	200	3,0	2,5	15,6	97,6
Итого за прием пищи:	250	4,4	4,2	54,3	274,6
Всего за день:		48,7	46,2	205,6	1 447,9

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю:

Директор: _____

5 день

Составлено:
Директор школы
М.А.М. М.А.М. М.А.М.
примечание от 01.01.2025г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200	5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190	0,1	0,0	14,3	57,0
Итого за прием пищи:	435	10,3	11,8	48,6	348,5
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	200	1,5	3,0	8,8	71,7
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150	9,6	9,5	14,9	207,3
КИСЕЛЬ №247	180	1,3	0,0	29,0	117,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	640	17,5	13,1	84,9	549,6
Полдник					
ПРЯНИК	50	3,0	2,4	37,5	183,0
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	4,1	3,6	17,4	118,8
Итого за прием пищи:	250	7,1	6,0	54,9	301,8
Всего за день:		35,7	31,1	203,0	1 262,5

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю:

Директор: _____

6 день

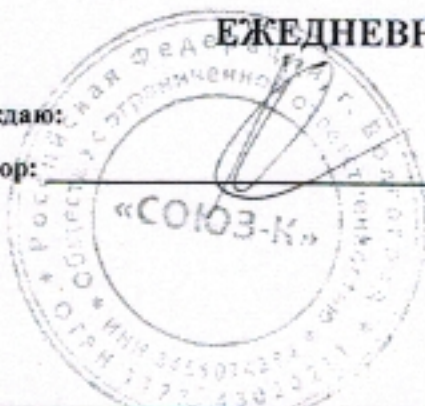
Согласовано
Директор школы
М.А. Мухоморова
приказ от 09.01.2012

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200	6,1	2,9	31,0	173,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	3,0	2,5	15,5	95,6
БАТОН № 5	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за прием пищи:	415	11,4	9,9	61,9	385,4
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200	2,5	5,0	8,2	81,6
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" № 390	80	10,3	5,6	5,2	105,7
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	130	3,5	4,5	22,9	132,3
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	700	21,4	15,7	82,5	529,0
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190	0,1	0,0	14,3	57,0
Итого за прием пищи:	250	3,9	4,9	51,5	265,5
Всего за день:		37,5	30,7	210,6	1 242,5

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю:

Директор:



7 день

Соловьева
Директор и.о.м. М.
Марьямханов е.в.
приказ от 09.01.202

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200	5,7	9,8	41,2	284,5
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,7	113,2
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8
БАТОН № 5	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за прием пищи:	440	12,0	21,3	73,4	551,1
II Завтрак					
ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200	2,3	2,2	16,2	94,4
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ № 305	70	11,5	11,6	11,5	197,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ № 165	150	8,4	6,3	38,3	248,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180	0,2	0,0	13,7	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	710	27,5	20,7	111,9	750,3
Полдник					
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200	0,4	0,1	25,4	104,9
Итого за прием пищи:	250	1,8	1,8	64,1	281,9
Всего за день:		41,7	44,2	258,9	1 628,9

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю:

Директор:

8 день

Салахованов
Директор школы
10/10/2021
1023403632/2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углевод	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175	200	5,8	6,7	36,7	236,3
СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10	2,2	2,9	0,0	35,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	3,0	2,5	15,5	95,6
БАТОН № 5	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за прием пищи:	420	13,3	13,0	67,6	445,8
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	200	1,9	2,3	15,7	91,1
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) № 287	70	9,1	10,3	8,4	166,0
СОУС ТОМАТНЫЙ № 348	30	0,4	1,4	2,0	24,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130	4,9	7,9	29,6	211,9
КИСЕЛЬ №247	180	1,3	0,0	29,0	117,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	720	22,7	22,5	116,9	764,1
Полдник					
ПРЯНИК	50	3,0	2,4	37,5	183,0
ЧАЙ С САХАРОМ № 392	190	0,1	0,0	14,3	57,0
Итого за прием пищи:	240	3,1	2,4	51,8	240,0
Всего за день:		39,9	38,1	251,0	1 512,5

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю:

Директор:

9 день

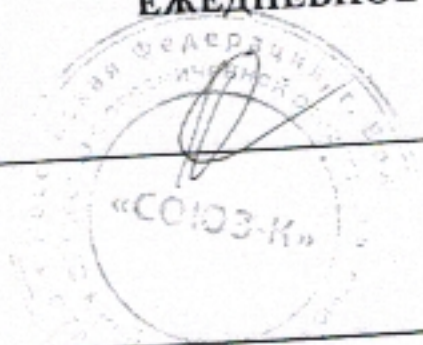


Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углевод	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200	5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10	3,2	7,5	20,2	169,5
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10	0,1	0,0	14,3	57,0
Итого за прием пищи:	440	9,1	12,6	54,2	376,4
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Обед					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №80	200	1,8	2,3	13,5	81,8
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 304	150	25,4	27,3	25,3	454,3
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	180	0,4	0,1	25,4	104,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	640	32,7	30,3	96,4	794,6
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2	50	3,3	0,2	27,2	117,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3
Итого за прием пищи:	250	6,3	2,7	42,8	214,7
Всего за день:		48,9	45,8	208,1	1 448,3

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет

Утверждаю:

Директор: _____



10 день

Согласовано:
Директор школы:
«Буряцкая средняя общеобразовательная школа»
И.И. Мещеряков
приказ от 09.01.26

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
	200	6,1	2,9	31,0	173,8
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	10	0,1	7,3	0,1	74,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	180	3,0	2,5	15,5	95,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	30	2,3	0,9	15,4	78,6
БАТОН № 5	420	11,5	13,6	62,0	422,8
Итого за прием пищи:					
II Завтрак					
	150	0,8	0,2	14,7	62,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:					
Обед					
	50	0,8	0,1	4,4	21,4
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	200	1,5	4,0	10,0	82,5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	80	10,3	5,6	5,2	105,7
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" № 390	130	3,3	4,7	33,7	190,1
РИС ОТВАРНОЙ № 304	180	0,2	0,0	13,7	55,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	700	20,4	14,9	94,8	587,7
Итого за прием пищи:					
Полдник					
	50	3,8	4,9	37,2	208,5
ПЕЧЕНЬЕ	200	4,1	3,6	17,4	118,8
КАКАО С МОЛОКОМ №397	250	7,9	8,5	54,6	327,3
Итого за прием пищи:					
Всего за день:					
		40,6	37,2	226,1	1 400,4