

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ООО «Агроинвест»

Демьянченко Д.А.



«10» 03 2025 г.



«СОГЛАСОВАНО»
МДОУ «Центр развития творчества детей и юношества Ю.В.»

Д.А. Плещева Ю.В.

«10» 03 2025 г.

10 - ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Категория детей 3 до 7 лет

Меню разработано с учетом требований санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20
«Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания»

«СОГЛАСОВАНО»
МДОУ «Детский сад № 133»

Плешева Ю.В.

« 10 » 03 2025 г.



Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
1 неделя День первый			
Завтрак 1	Масло сливочное	10	74,00
	Печенье	25	24,43
	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным	180/5	276,3
	Чай с сахаром и молоком	180	89,00
		400	463,73
Завтрак 2	Сок	180	76,00
		180	76,00
Обед	Суп овощной на мясном бульоне со сметаной	200	104,64
	Каша гречневая рассыпчатая	130	216,4
	Гуляш из отварного мяса	70	130,90
	Напиток из ягод с/м	180	88,7
	Хлеб ржаной	45	95,6
		625	636,24
Уплотнённый полдник	Омлет натуральный с зеленым горошком	150/15	268
	Сыр порционный	10	36
	Чай с низким содержанием сахара	180	37,89
	Хлеб пшеничный	30	71,00
		385	412,89
Итого за первый день:		1590	1588,86

«СОГЛАСОВАНО»
МДОУ «Детский сад № 133»

Плещева Ю.В.

« 10 » 03 2025 г.



Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
1 неделя День третий			
Завтрак 1	Масло сливочное порционное	10	74,00
	Хлеб пшеничный	30	71,00
	Суп молочный с макаронными изделиями	180	132,94
	Какао с молоком	180	154,8
	Сыр порционный	10	36,00
			410
Завтрак 2	Яблоко	100	44,00
		100	44,00
Обед	Щи с картофелем со сметаной	200	104,4
	Котлета рыбная	70	117,00
	Рис отварной	130	213,00
	Овощи свежие порционные	50	7,00
	Напиток из изюма	180	67,98
	Хлеб ржаной	45	95,6
			675
Уплотнённый полдник	Рагу овощное со свиной	200	284,94
	Чай с низким содержанием сахара	180	37,89
	Булочка домашняя	50	178,00
			430
Итого за третий день:		1615	1586,82

«СОГЛАСОВАНО»
МДОУ «Детский сад № 133»

Плещева Ю.В.

« 10 » 03 2025 г.



Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
1 неделя День четвёртый			
Завтрак 1	Масло сливочное порционное	10	74,00
	Хлеб пшеничный	30	71,00
	Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5	192,00
	Яйцо варёное	40	29,64
	Чай с сахаром и молоком	180	89,00
			445
Завтрак 2	Сок	180	76,00
		180	76,00
Обед	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	128,8
	Печень тушеная в сметане	70	147,7
	Каша гречневая рассыпчатая	130	216,4
	Напиток из ягод с/м	180	88,7
	Хлеб ржаной	45	95,6
		625	677,2
Уплотнённый полдник	Запеканка творожная с фруктовым соусом	140/30	334,5
	Чай с низким содержанием сахара	180	41
	Хлеб пшеничный	30	71
		380	446,5
Итого за четвёртый день:		1630	1655,34

«СОГЛАСОВАНО»
МДОУ «Детский сад № 133»

Плещева Ю.В.

« 10 03 2025 г.



Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
1 неделя День пятый			
Завтрак 1	Масло сливочное	10	74,00
	Хлеб пшеничный	30	71,00
	Кофейный напиток	180	118,8
	Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	180/5	200,7
		405	464,5
Завтрак 2	Сок	180	76,00
		180	76,00
	Солянка по домашнему с курой	200	132,00
	Птица(кура) тушенная в сметанном соусе	70	109,13
	Макаронные изделия отварные	130	205,19
	Напиток из смеси сухофруктов	180	77,94
	Хлеб ржаной	45	95,6
		625	619,86
Уплотнённый полдник	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180	276,3
	Манник	50	133,5
	Чай с низким содержанием сахара	180	37,89
		410	447,69
Итого за пятый день:		1620	1608,05

«СОГЛАСОВАНО»
МДОУ «Детский сад № 133»

Плещева Ю.В.

« 20 »

2025 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
2 неделя День первый			
Завтрак 1	Масло сливочное	10	74
	Печенье	25	24,43
	Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным	180/5	276,3
	Чай с сахаром и молоком	180	89,00
		400	463,73
Завтрак 2	Сок	180	76,00
		180	76,00
Обед	Суп картофельный с горохом	200	124,15
	Плов со свининой	170	292,4
	Икра свекольная	50	20,88
	Компот из ягод с/м	180	88,7
	Хлеб ржаной	45	95,6
		625	649,78
Уплотнённый полдник	Омлет натуральный с зеленым горошком	150/15	268,00
	Сыр порционный	10	36,00
	Чай с низким содержанием сахара	180	37,89
	Хлеб пшеничный	10	71,00
		365	412,89
Итого за первый день:		1570	1602,4

«СОГЛАСОВАНО»
МДОУ «Детский сад № 133»

Плещева Ю.В.

« 10 »

2025 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
2 неделя День второй			
Завтрак 1	Масло сливочное	10	74
	Хлеб пшеничный	30	71
	Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5	192,00
	Какао с молоком	180	154,8
		405	491,8
Завтрак 2	Кефир	180	95,4
		180	95,4
Обед	Борщ с картофелем и сметаной	200	114,22
	Макаронные изделия отварные	100	186,53
	Тефтели мясные с соусом	50/20	137,34
	Напиток из смеси сухофруктов	180	77,94
	Хлеб ржаной	50	95,6
		600	611,63
Уплотнённый полдник	Жаркое по-домашнему	200	349,50
	Огурцы соленые	50	6,00
	Чай с низким содержанием сахара	180	37,89
	Булочка домашняя	50	178,00
		480	571,39
Итого за второй день:		1665	1770,22

«СОГЛАСОВАНО»
МДОУ «Детский сад № 133»

Плещева Ю.В.

« 10 »

2025 г.



Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
2 неделя День третий			
Завтрак 1	Масло сливочное	10	74,00
	Хлеб пшеничный	30	71,00
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180/5	263,00
	Чай с низким содержанием сахара	180	37,89
		405	445,89
Завтрак 2	Фрукт	100	44,00
		100	44,00
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	200	128,8
	Печень тушеная в сметане	70	147,7
	Каша гречневая рассыпчатая	130	216,4
	Напиток из изюма	180	67,98
	Хлеб ржаной	45	95,6
		625	656,48
Уплотнённый полдник	Пюре картофельное	100	117,54
	Суфле рыбное	70	221,3
	Чай с низким содержанием сахара	180	37,89
	Хлеб пшеничный	30	71,00
		380	447,73
Итого за третий день:		1510	1594,10

«СОГЛАСОВАНО»
МДОУ «Детский сад № 133»

Плещева Ю.В.

« 10 » 03 2025 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
2 неделя День четвёртый			
Завтрак 1	Масло сливочное	10	74,00
	Хлеб пшеничный	30	71,00
	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	180/5	263,00
	Кофейный напиток	180	118,8
		405	526,8
Завтрак 2	Сок	180	76,00
		180	76,00
Обед	Суп картофельный с яйцом	200	149,00
	Ежики мясные с соусом	120/50	284,00
	Напиток из ягод с/м	180	88,7
	Хлеб ржаной	45	95,6
		595	617,3
Уплотнённый полдник	Запеканка творожная с фруктовым соусом	140/30	334,5
	Чай с низким содержанием сахара	180	41,00
	Хлеб пшеничный	30	71,00
		380	446,5
Итого за четвёртый день:		1560	1666,6

«СОГЛАСОВАНО»
МДОУ «Детский сад № 133»

Плещева Ю.В.

« 10 » 03 2025 г.



Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
2 неделя День пятый			
Завтрак 1	Масло сливочное	10	74,00
	Хлеб пшеничный	30	71,00
	Сыр порционный	10	36,00
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180/5	276,3
	Чай с сахаром и молоком	180	89,00
		415	546,3
Завтрак 2	Сок	180	76,00
		180	76,00
Обед	Суп вермишелевый с курой	200	152,2
	Капуста тушеная с курой	200	275,01
	Напиток из смеси сухофруктов	180	77,94
	Хлеб ржаной	45	95,6
		625	600,75
Уплотнённый полдник	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	180	276,3
	Чай с низким содержанием сахара	180	37,89
	Манник	50	133,5
		410	447,69
Итого за пятый день:		1630	1670,74