

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Левокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "03" марта 2025г.

| Наименование блюд и кулинарных изделий           | Выход блюда, г | Химический состав блюд |              |               |                    | Витамины С   | Цена, руб.    |
|--|----------------|------------------------|--------------|---------------|--------------------|--------------|---------------|
|  |                | Белки, г               | Жиры, г      | Углев. г      | Энерг. ценн. Ккал. |              |               |
| <b>1 ДЕНЬ</b>                                    |                |                        |              |               |                    |              |               |
| <i>Завтрак</i>                                   |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Яйцо вареное                                     | 1шт            | 5,1                    | 4,6          | 0,3           | 63                 | 0            | 10,4          |
| Икра кабачковая                                  | 60             | 0,9                    | 2,74         | 3,7           | 43,02              | 1,77         | 16,13         |
| Хлеб ржаной                                      | 40             | 2,72                   | 0,48         | 15,9          | 80                 | 0            | 2,56          |
| Масло сливочное                                  | 5              | 0,05                   | 4,1          | 0,05          | 37,5               | 0            | 4,85          |
| Чай с сахаром, лимоном                           | 200/10/        | 0,3                    | 0,1          | 9,5           | 40                 | 1            | 3,25          |
| <b>Итого завтрак</b>                             |                | <b>9,07</b>            | <b>12,02</b> | <b>29,45</b>  | <b>263,52</b>      | <b>2,77</b>  | <b>37,19</b>  |
| <i>2-ой завтрак</i>                              |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Сок фруктовый в ассортименте                     | 180            | 1                      | 0            | 21,2          | 88                 | 2            | 23,18         |
| <b>Итого 2 завтрак</b>                           |                | <b>1</b>               | <b>0</b>     | <b>21,2</b>   | <b>88</b>          | <b>2</b>     | <b>23,18</b>  |
| <i>Обед</i>                                      |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Борщ вегетарианский мелкошинкованный со сметаной | 200            | 2,19                   | 4,76         | 10,94         | 95,4               | 14,22        | 10,21         |
| Котлета "Пермская"                               | 80             | 12,8                   | 12,4         | 9,6           | 202,4              | 0            | 51,88         |
| Картофель отварной с маслом                      | 150/5          | 3                      | 5,1          | 18,5          | 132,6              | 5,6          | 17,46         |
| Хлеб пшеничный                                   | 60             | 4,9                    | 0,8          | 25,2          | 127,2              | 0            | 4,0           |
| Компот из сухофруктов                            | 180            | 0,54                   | 0,09         | 18,09         | 75,6               | 0,18         | 4,32          |
| <b>Итого обед</b>                                |                | <b>24,43</b>           | <b>23,15</b> | <b>103,53</b> | <b>721,2</b>       | <b>22</b>    | <b>111,04</b> |
| <i>Полдник</i>                                   |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Молоко кипяченое                                 | 180            | 5,76                   | 6            | 10,68         | 93,6               | 2,76         | 14,73         |
| Печенье сдобное                                  | 40             | 0,39                   | 0,28         | 32,3          | 234,6              | 0            | 10,47         |
| <b>Итого полдник</b>                             |                | <b>6,15</b>            | <b>6,28</b>  | <b>42,98</b>  | <b>328,2</b>       | <b>2,76</b>  | <b>25,2</b>   |
| <b>ИТОГО за день:</b>                            |                | <b>30,58</b>           | <b>29,43</b> | <b>146,51</b> | <b>1049,4</b>      | <b>24,76</b> | <b>136,24</b> |

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с. Легокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "04" марта 2025г.

| Наименование блюд и кулинарных изделий | Выход блюда, г | Химический состав блюд |              |               |                    | Витамины С  | Цена, руб.    |
|--|----------------|------------------------|--------------|---------------|--------------------|-------------|---------------|
|  |                | Белки, г               | Жиры, г      | Углев. г      | Энерг. ценн. Ккал. |             |               |
| <b>2 ДЕНЬ</b>                          |                |                        |              |               |                    |             |               |
| <i>Завтрак</i>                         |                |                        |              |               |                    |             |               |
| Каша вязкая молочная рисовая           | 200/5          | 6                      | 6,7          | 50,9          | 333                | 0           | 17,71         |
| Сыр российский                         | 15             | 3,9                    | 4            | 0             | 52,9               | 0,08        | 11,90         |
| Хлеб пшеничный                         | 40             | 3,3                    | 0,5          | 16,8          | 84,6               | 0           | 2,66          |
| Масло сливочное                        | 5              | 0,05                   | 4,1          | 0,05          | 37,5               | 0           | 4,85          |
| Чай с сахаром                          | 200/10         | 0,2                    | 0,1          | 9,3           | 38                 | 0           | 1,85          |
| Итого завтрак:                         |                | 13,65                  | 15,5         | 86,35         | 584                | 0,08        | 40,39         |
| <i>2-ой завтрак</i>                    |                |                        |              |               |                    |             |               |
| Яблоки свежие                          | 75             | 0,23                   | 0            | 7,88          | 30,42              | 5,63        | 8,93          |
| Итого 2 завтрак                        |                | 0,23                   | 0            | 7,88          | 30,42              | 5,63        | 8,93          |
| <i>Обед</i>                            |                |                        |              |               |                    |             |               |
| Суп картофельный с лапшой домашней     | 200            | 2,1                    | 4,4          | 19,36         | 132                | 0           | 6,92          |
| Биточки из птицы                       | 80             | 13,6                   | 14,88        | 15,36         | 254,4              | 0           | 27,28         |
| Рагу из овощей                         | 150            | 2,29                   | 11           | 14,44         | 166                | 8,67        | 13,86         |
| Хлеб пшеничный                         | 30             | 2,45                   | 0,4          | 12,2          | 63,6               | 0           | 2             |
| Хлеб ржаной                            | 30             | 2,04                   | 0,36         | 11,94         | 60                 | 0           | 1,92          |
| Кисель из яблок свежих                 | 180            | 0,18                   | 0,18         | 21,42         | 88,2               | 0,72        | 5,89          |
| Итого обед:                            |                | 20,56                  | 26,82        | 75,36         | 632,2              | 9,39        | 50,95         |
| <i>Полдник</i>                         |                |                        |              |               |                    |             |               |
| Чай с молоком                          | 200            | 1,4                    | 1,6          | 10,7          | 91                 | 0           | 5,72          |
| Булочка "Домашняя"                     | 50             | 3,75                   | 6,6          | 30,4          | 196                | 0           | 4,76          |
| Итого полдник                          |                | 5,15                   | 8,2          | 41,1          | 287                | 0           | 10,48         |
| <b>ИТОГО за день:</b>                  |                | <b>41,49</b>           | <b>54,82</b> | <b>220,75</b> | <b>1627,8</b>      | <b>15,1</b> | <b>116,25</b> |

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Левокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "05" марта 2025г.

| Наименование блюд и кулинарных изделий    | Выход блюда, г | Химический состав блюд |              |               |                    | Витамины С   | Цена, руб.    |
|---|----------------|------------------------|--------------|---------------|--------------------|--------------|---------------|
|   |                | Белки, г               | Жиры, г      | Углев. г      | Энерг. ценн. Ккал. |              |               |
| <b>3 ДЕНЬ</b>                             |                |                        |              |               |                    |              |               |
| <i>Завтрак</i>                            |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 120/10         | 24,048                 | 10,08        | 39,6          | 348                | 0            | 59,34         |
| Какао с молоком                           | 180            | 2,97                   | 2,61         | 12,42         | 84,6               | 0,63         | 10,05         |
| Хлеб ржаной                               | 40             | 2,72                   | 0,48         | 15,9          | 80                 | 0            | 2,56          |
| Масло сливочное                           | 5              | 0,05                   | 4,1          | 0,05          | 37,5               | 0            | 4,85          |
| <b>Итого завтрак:</b>                     |                | <b>29,79</b>           | <b>17,27</b> | <b>67,97</b>  | <b>550,1</b>       | <b>0,63</b>  | <b>76,8</b>   |
| <i>2-ой завтрак</i>                       |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Напиток овощной в ассортименте            | 180            | 0,6                    | 0            | 31            | 82                 | 12           | 22,77         |
| <b>Итого 2 завтрак</b>                    |                | <b>0,6</b>             | <b>0</b>     | <b>31</b>     | <b>82</b>          | <b>12</b>    | <b>22,77</b>  |
| <i>Обед</i>                               |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Борщ с фасолью и картофелем со сметаной   | 200/5          | 2,88                   | 4,08         | 16,16         | 113,2              | 9,6          | 10,2          |
| Котлеты из говядины                       | 80             | 15,82                  | 17,77        | 18,08         | 265,43             | 0            | 50,14         |
| Макаронны отварные с маслом               | 130            | 3,8                    | 4,6          | 31,7          | 195                | 0            | 9,9           |
| Хлеб пшеничный                            | 60             | 4,9                    | 0,8          | 25,2          | 127,2              | 0            | 3,99          |
| Компот из свежих яблок                    | 180            | 0,18                   | 0            | 32,22         | 122,4              | 4,86         | 6,62          |
| <b>Итого обед:</b>                        |                | <b>25,12</b>           | <b>23,21</b> | <b>140,58</b> | <b>838,43</b>      | <b>40,72</b> | <b>80,68</b>  |
| <i>Полдник</i>                            |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Напиток из плодов шиповника               | 180            | 0,18                   | 0            | 27            | 122,4              | 9            | 5,02          |
| Булочка "Умница" йод                      | 50             | 1,75                   | 2,8          | 14,7          | 91                 | 0            | 11,52         |
| <b>Итого полдник</b>                      |                | <b>1,93</b>            | <b>2,8</b>   | <b>41,7</b>   | <b>213,4</b>       | <b>9</b>     | <b>16,54</b>  |
| <b>ИТОГО за день:</b>                     |                | <b>59,90</b>           | <b>47,32</b> | <b>264,03</b> | <b>1668,7</b>      | <b>36,09</b> | <b>196,96</b> |

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с. Девокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "06" марта 2025г.

| Наименование блюд и кулинарных изделий | Выход блюда, г | Химический состав блюд |         |          |                    | Витамины С | Цена, руб. |
|--|----------------|------------------------|---------|----------|--------------------|------------|------------|
|  |                | Белки, г               | Жиры, г | Углев. г | Энерг. ценн. Ккал. |            |            |
| <b>4 ДЕНЬ</b>                          |                |                        |         |          |                    |            |            |
| <i>Завтрак</i>                         |                |                        |         |          |                    |            |            |
| Каша манная молочная жидкая            | 200/5          | 9,1                    | 11,3    | 43,4     | 410                | 0          | 14,82      |
| Масло сливочное                        | 5              | 0,05                   | 4,1     | 0,05     | 37,5               | 0          | 4,85       |
| Хлеб пшеничный                         | 40             | 3,3                    | 0,5     | 16,8     | 84,6               | 0          | 2,66       |
| Чай с лимоном и сахаром                | 200/7/1        | 0,3                    | 0,1     | 9,5      | 40                 | 1          | 3,25       |
| Итого завтрак:                         |                | 7,25                   | 5,3     | 52,65    | 286,7              | 2          | 14,83      |
| <i>2-ой завтрак</i>                    |                |                        |         |          |                    |            |            |
| Яблоки свежие                          | 75             | 0,23                   | 0       | 7,88     | 30,42              | 5,63       | 8,93       |
| Итого 2 завтрак                        |                | 0,23                   | 0       | 7,88     | 30,42              | 5,63       | 8,93       |
| <i>Обед</i>                            |                |                        |         |          |                    |            |            |
| Суп картофельный с бобовыми            | 200            | 6,4                    | 4,4     | 18,56    | 137                | 0,8        | 7,63       |
| Тефтели рыбные с соусом                | 80/50          | 11,4                   | 9,4     | 14,6     | 184                | 0,7        | 32,56      |
| Рис припущенный                        | 150            | 3,64                   | 4,3     | 32       | 200                | 0          | 10,42      |
| Хлеб пшеничный                         | 60             | 60                     | 4,9     | 0,8      | 25,2               | 0,018      | 0,66       |
| Напиток из плодов шиповника            | 180            | 0,18                   | 0       | 27       | 122,4              | 9          | 5,02       |
| Итого обед:                            |                | 75,5                   | 18,66   | 75,36    | 537                | 10,918     | 53,94      |
| <i>Полдник</i>                         |                |                        |         |          |                    |            |            |
| Молоко кипяченое                       | 180            | 5,76                   | 6       | 10,68    | 93,6               | 2,76       | 14,73      |
| Пряники в ассортимен.                  | 40             | 2,36                   | 1,88    | 24       | 146,4              | 0          | 8,17       |
| Итого полдник                          |                | 8,12                   | 7,88    | 34,68    | 240                | 2,76       | 22,9       |
| ИТОГО за день:                         |                | 83,62                  | 26,54   | 110,04   | 777                | 13,678     | 76,84      |

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Левокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "07" марта 2025г.

| Наименование блюд и кулинарных изделий  | Выход блюда, г | Химический состав блюд |              |                |                    | Витамины С   | Цена, руб.    |
|---|----------------|------------------------|--------------|----------------|--------------------|--------------|---------------|
|   |                | Белки, г               | Жиры, г      | Углев. г       | Энерг. ценн. Ккал. |              |               |
| <b>5 ДЕНЬ</b>                           |                |                        |              |                |                    |              |               |
| <i>Завтрак</i>                          |                |                        |              |                |                    |              |               |
| Сырники из творога со сгущенным молоком | 100/10         | 15,26                  | 9,8          | 23,2           | 179                | 4,8          | 48,71         |
| Хлеб ржаной                             | 40             | 2,72                   | 0,48         | 15,9           | 80                 | 0            | 2,56          |
| Масло сливочное                         | 5              | 0,05                   | 4,1          | 0,05           | 37,5               | 0            | 4,85          |
| Чай с сахаром                           | 200            | 0,2                    | 0,1          | 9,3            | 38                 | 0            | 1,85          |
| <b>Итого завтрак:</b>                   |                | <b>18,23</b>           | <b>14,48</b> | <b>48,45</b>   | <b>334,5</b>       | <b>4,8</b>   | <b>57,97</b>  |
| <i>2-ой завтрак</i>                     |                |                        |              |                |                    |              |               |
| Яблоки свежие                           | 75             | 0,23                   | 0            | 7,88           | 30,42              | 5,63         | 8,93          |
| <b>Итого 2 завтрак</b>                  |                | <b>0,23</b>            | <b>0</b>     | <b>7,88</b>    | <b>30,42</b>       | <b>5,63</b>  | <b>8,93</b>   |
| <i>Обед</i>                             |                |                        |              |                |                    |              |               |
| Суп картофельный с вермишелью           | 200            | 2,15                   | 2,26         | 13,71          | 83,8               | 6,6          | 6,94          |
| Котлета из говядины                     | 200/5          | 15,82                  | 17,77        | 18,08          | 265,43             | 0            | 50,14         |
| Каша пшеничная рассыпчатая              | 150/5          | 6,8                    | 4,9          | 42,6           | 224                | 0            | 8,3           |
| Хлеб пшеничный                          | 30             | 2,45                   | 0,4          | 12,2           | 63,6               | 0            | 2             |
| Хлеб ржаной                             | 30             | 2,04                   | 0,36         | 11,94          | 60                 | 0            | 1,92          |
| Компот из сухофруктов                   | 180            | 0,54                   | 0,09         | 18,09          | 75,6               | 0,18         | 3,76          |
| <b>Итого обед:</b>                      |                | <b>27,65</b>           | <b>23,52</b> | <b>103,87</b>  | <b>688,63</b>      | <b>1,38</b>  | <b>71,4</b>   |
| <i>Полдник</i>                          |                |                        |              |                |                    |              |               |
| Кефир                                   | 180            | 5                      | 5,8          | 7,4            | 101,7              | 1,26         | 17,95         |
| Крендель сахарный                       | 50             | 3,5                    | 5,6          | 29,4           | 182                | 0            | 6,07          |
| <b>Итого полдник</b>                    |                | <b>8,5</b>             | <b>11,4</b>  | <b>36,8</b>    | <b>283,7</b>       | <b>1,26</b>  | <b>24,02</b>  |
| <b>ИТОГО за день:</b>                   |                | <b>56,76</b>           | <b>51,66</b> | <b>209,775</b> | <b>1421,1</b>      | <b>18,47</b> | <b>164,54</b> |

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Левомумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "10" марта 2025г.

| Наименование блюд и кулинарных изделий                  | Выход блюда, г | Химический состав блюд |         |          |                    | Витамины | Цена, руб. |
|---|----------------|------------------------|---------|----------|--------------------|----------|------------|
|   |                | Белки, г               | Жиры, г | Углев. г | Энерг. ценн. Ккал. | С        |            |
| <b>6 ДЕНЬ</b>   |                |                        |         |          |                    |          |            |
| <i>Завтрак</i>  |                |                        |         |          |                    |          |            |
| <b>Омлет натуральный с маслом сливочным</b>             | 106/5          | 10,6                   | 21,2    | 16,4     | 279,9              | 0        | 31,88      |
| <b>Хлеб пшеничный</b>                                   | 40             | 3,3                    | 0,5     | 16,8     | 84,6               | 0        | 2,66       |
| <b>Масло сливочное</b>                                  | 5              | 0,05                   | 4,1     | 0,05     | 37,5               | 0        | 4,85       |
| <b>Чай с сахаром и лимоном</b>                          | 200/10/        | 0,3                    | 0,1     | 9,5      | 40                 | 1        | 3,25       |
| <b>Итого завтрак:</b>                                   |                | 14,25                  | 25,9    | 42,75    | 442                | 2,28     | 42,64      |
| <i>2-ой завтрак</i>                                     |                |                        |         |          |                    |          |            |
| <b>Мандарины свежие</b>                                 | 75             | 0,78                   | 0       | 20,4     | 76                 | 0,8      | 10,8       |
| <b>Итого 2 завтрак</b>                                  |                | 0,78                   | 0       | 20,4     | 76                 | 0,8      | 10,8       |
| <i>Обед</i>   |                |                        |         |          |                    |          |            |
| <b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной</b>    | 200/5          | 1,39                   | 3,91    | 6,78     | 67,8               | 14,77    | 8,05       |
| <b>Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом</b> | 80/50          | 10,91                  | 12,53   | 13,79    | 212                | 0,61     | 48,6       |
| <b>Каша гречневая</b>                                   | 150/5          | 6,7                    | 10,6    | 49,8     | 312                | 0        | 9,91       |
| <b>Хлеб пшеничный</b>                                   | 60             | 4,9                    | 0,8     | 25,2     | 127,2              | 0        | 3,99       |
| <b>Кисель из яблок свежих</b>                           | 180            | 0,18                   | 0,18    | 21,42    | 88,2               | 0,72     | 5,89       |
| <b>Итого обед:</b>                                      |                | 24,08                  | 28,02   | 116,9    | 807,2              | 16,1     | 76,44      |
| <i>Полдник</i>  |                |                        |         |          |                    |          |            |
| <b>Чай с молоком</b>                                    | 200            | 1,4                    | 1,6     | 10,7     | 91                 | 0        | 5,72       |
| <b>Печенье сдобное</b>                                  | 40             | 0,39                   | 0,28    | 32,3     | 234,6              | 0        | 10,47      |
| <b>Итого полдник</b>                                    |                | 1,79                   | 1,88    | 43       | 325,6              | 0        | 16,19      |
| <b>ИТОГО за день:</b>                                   |                | 40,9                   | 55,8    | 223,14   | 1650,8             | 19,18    | 146,07     |

УТВЕРЖДАЮ  
 заведующая МБДОУ детского сада №  
 18 "Родничок" с.Левокумка  
 Р.А. Кателенская  
 приказ № Г-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "11" марта 2025г.

| Наименование блюд и кулинарных изделий   | Выход блюда, г | Химический состав блюд |         |          |                    | Витамины | Цена, руб. |
|--|----------------|------------------------|---------|----------|--------------------|----------|------------|
|  |                | Белки, г               | Жиры, г | Углев. г | Энерг. ценн. Ккал. | С        |            |
| <b>7 ДЕНЬ</b>                            |                |                        |         |          |                    |          |            |
| <i>Завтрак</i>                           |                |                        |         |          |                    |          |            |
| Суп молочный с макаронными изделиями     | 200/3          | 3,4                    | 3,82    | 16,56    | 114,2              | 2,28     | 16,06      |
| Хлеб ржаной                              | 40             | 2,72                   | 0,48    | 15,9     | 80                 | 0        | 2,56       |
| Масло сливочное                          | 5              | 0,05                   | 4,1     | 0,05     | 37,5               | 0        | 4,85       |
| Чай с сахаром                            | 180            | 0,2                    | 0,1     | 9,3      | 38                 | 0        | 1,85       |
| Итого завтрак:                           |                | 6,37                   | 8,5     | 41,81    | 269,7              | 0        | 1,85       |
| <i>2-ой завтрак</i>                      |                |                        |         |          |                    |          |            |
| Яблоки свежие                            | 75             | 0,23                   | 0       | 7,88     | 30,42              | 5,63     | 8,9        |
| Итого 2 завтрак                          |                | 0,23                   | 0       | 7,88     | 30,42              | 5,63     | 8,93       |
| <i>Обед</i>                              |                |                        |         |          |                    |          |            |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/5          | 1,36                   | 3,92    | 11,68    | 88                 | 0        | 9,01       |
| Зразы рыбные рубленые с яйцом            | 80             | 12,2                   | 14,93   | 8,8      | 204                | 2,43     | 26,04      |
| Картофель отварной с                     | 150/5          | 3                      | 5,1     | 18,5     | 132,6              | 5,6      | 17,46      |
| Хлеб пшеничный                           | 30             | 2,45                   | 0,4     | 12,2     | 63,6               | 0        | 2          |
| Хлеб ржаной                              | 30             | 2,04                   | 0,36    | 11,94    | 60                 | 0        | 1,92       |
| Компот из сухофруктов                    | 180            | 0,54                   | 0,09    | 18,09    | 75,6               | 0,18     | 4,32       |
| Итого обед:                              |                | 21,59                  | 24,8    | 81,21    | 623,8              | 8,21     | 60,75      |
| <i>Полдник</i>                           |                |                        |         |          |                    |          |            |
| Молоко кипяченое                         | 180            | 5,76                   | 6       | 10,68    | 93,6               | 2,76     | 14,73      |
| Сдоба обыкновенная                       | 50             | 4                      | 2,6     | 24       | 148                | 0        | 3,35       |
| Итого полдник                            |                | 9,76                   | 8,6     | 34,68    | 241,6              | 2,76     | 18,08      |
| ИТОГО за день:                           |                | 37,95                  | 41,9    | 165,58   | 1165,5             | 18,88    | 113,8      |



УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Лёвокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "12" марта 2025г.

| Наименование блюд и кулинарных изделий            | Выход блюда, г | Химический состав блюд |              |               |                    | Витамины С   | Цена, руб.   |
|---|----------------|------------------------|--------------|---------------|--------------------|--------------|--------------|
|   |                | Белки, г               | Жиры, г      | Углев. г      | Энерг. ценн. Ккал. |              |              |
| <b>8 ДЕНЬ</b>                                     |                |                        |              |               |                    |              |              |
| <i>Завтрак</i>                                    |                |                        |              |               |                    |              |              |
| Каша пшеничная молочная вязкая с маслом и сахаром | 200/5          | 8,6                    | 8,2          | 45            | 300                | 0            | 15,62        |
| Хлеб пшеничный                                    | 40             | 3,3                    | 0,5          | 16,8          | 84,6               | 0            | 2,66         |
| Масло сливочное                                   | 5              | 0,05                   | 4,1          | 0,05          | 37,5               | 0            | 4,85         |
| Чай с сахаром                                     | 200            | 0,2                    | 0,1          | 9,3           | 38                 | 0            | 1,85         |
| Итого завтрак:                                    |                | 12,15                  | 12,9         | 71,15         | 460,1              | 0            | 24,98        |
| <i>2-ой завтрак</i>                               |                |                        |              |               |                    |              |              |
| Напиток овощной в ассортименте                    | 180            | 0,6                    | 0            | 31            | 82                 | 12           | 22,77        |
| Итого 2 завтрак                                   |                | 0,6                    | 0            | 31            | 82                 | 12           | 22,77        |
| <i>Обед</i>                                       |                |                        |              |               |                    |              |              |
| Суп из овощей                                     | 200            | 1,4                    | 3,94         | 11,4          | 86,6               | 9            | 7,82         |
| Плов из птицы                                     | 80/160         | 21,9                   | 24,35        | 45,85         | 459                | 0,06         | 43,2         |
| Хлеб пшеничный                                    | 50             | 4,1                    | 0,7          | 21            | 106                | 0            | 3,33         |
| Компот из свежих яблок                            | 180            | 0,18                   | 0            | 32,22         | 122,4              | 4,86         | 6,62         |
| Итого обед:                                       |                | 27,58                  | 28,99        | 110,47        | 774                | 13,92        | 60,97        |
| <i>Полдник</i>                                    |                |                        |              |               |                    |              |              |
| Кефир   | 180            | 5                      | 5,8          | 7,4           | 101,7              | 1,26         | 17,95        |
| Пирожок печеный с повидлом                        | 50             | 3,53                   | 4,8          | 48,67         | 81,3               | 0            | 5,34         |
| Итого полдник                                     |                | 8,53                   | 10,6         | 56,07         | 183                | 1,26         | 23,29        |
| <b>ИТОГО за день:</b>                             |                | <b>48,86</b>           | <b>52,49</b> | <b>268,69</b> | <b>1499,1</b>      | <b>27,18</b> | <b>132,1</b> |



УТВЕРЖДАЮ  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Левокумка  
 Р.А. Кателенская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "13" марта 2025г.

| Наименование блюд и кулинарных изделий  | Выход блюда, г | Химический состав блюд |              |               |                    | Витамины С   | Цена, руб.    |
|---|----------------|------------------------|--------------|---------------|--------------------|--------------|---------------|
|   |                | Белки, г               | Жиры, г      | Углев. г      | Энерг. ценн. Ккал. |              |               |
| <b>9 ДЕНЬ</b>                           |                |                        |              |               |                    |              |               |
| <i>Завтрак</i>                          |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Каша жидкая молочная пшеничная с маслом | 200/5          | 8,6                    | 11,4         | 47,1          | 325                | 0            | 15,94         |
| Хлеб ржаной                             | 40             | 2,72                   | 0,48         | 15,9          | 80                 | 0            | 2,56          |
| Сыр российский                          | 15             | 3,9                    | 4            | 0             | 52,9               | 0,08         | 11,90         |
| Кофейный напиток с молоком              | 180            | 2,52                   | 2,5          | 13,6          | 79,2               | 0,63         | 8,94          |
| <b>Итого завтрак:</b>                   |                | <b>17,74</b>           | <b>18,38</b> | <b>76,6</b>   | <b>537,1</b>       | <b>0,71</b>  | <b>39,34</b>  |
| <i>2-ой завтрак</i>                     |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Бананы свежие                           | 75             | 0,26                   | 0            | 10,6          | 54,2               | 5,3          | 10,62         |
| <b>Итого 2 завтрак</b>                  |                | <b>0,26</b>            | <b>0</b>     | <b>10,6</b>   | <b>54,2</b>        | <b>5,3</b>   | <b>10,62</b>  |
| <i>Обед</i>                             |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Суп картофельный с клецками             | 200            | 3                      | 3,28         | 13,52         | 95,76              | 4,6          | 8,15          |
| Котлеты из говядины                     | 80             | 15,82                  | 17,77        | 18,08         | 265,43             | 0            | 50,14         |
| Капуста тушеная                         | 150            | 3,13                   | 5,56         | 14,38         | 120                | 24,99        | 14,89         |
| Хлеб пшеничный                          | 30             | 2,45                   | 0,4          | 12,2          | 63,6               | 0            | 2             |
| Хлеб ржаной                             | 30             | 2,04                   | 0,36         | 11,94         | 60                 | 0            | 1,92          |
| Напиток из плодов шиповника             | 180            | 0,18                   | 0            | 27            | 122,4              | 9            | 5,02          |
| <b>Итого обед:</b>                      |                | <b>26,62</b>           | <b>27,37</b> | <b>97,12</b>  | <b>727,19</b>      | <b>38,59</b> | <b>82,12</b>  |
| <i>Полдник</i>                          |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Ряженка                                 | 180            | 5                      | 5,8          | 6,8           | 99                 | 0,6          | 18,93         |
| Коржик молочный                         | 50             | 3,26                   | 5,62         | 27            | 187,33             | 0,03         | 5,12          |
| <b>Итого полдник</b>                    |                | <b>8,26</b>            | <b>11,42</b> | <b>33,8</b>   | <b>286,33</b>      | <b>0,63</b>  | <b>24,05</b>  |
| <b>ИТОГО за день:</b>                   |                | <b>52,88</b>           | <b>57,17</b> | <b>218,17</b> | <b>1604,8</b>      | <b>45,23</b> | <b>156,13</b> |

УТВЕРЖДАЮ  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Левкумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "14" марта 2025г.

| Наименование блюд и кулинарных изделий | Выход блюда, г | Химический состав блюд |              |               |                    | Витамины     | Цена, руб.    |
|--|----------------|------------------------|--------------|---------------|--------------------|--------------|---------------|
|  |                | Белки, г               | Жиры, г      | Углев. г      | Энерг. ценн. Ккал. | С            |               |
| <b>10 ДЕНЬ</b>                         |                |                        |              |               |                    |              |               |
| <i>Завтрак</i>                         |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Оладьи с повидлом                      | 120/10         | 9,06                   | 8,1          | 65            | 350                | 0,5          | 8,16          |
| Масло сливочное                        | 5              | 0,05                   | 4,1          | 0,05          | 37,5               | 0            | 4,85          |
| Хлеб пшеничный                         | 40             | 3,3                    | 0,5          | 16,8          | 84,6               | 0            | 2,66          |
| Чай с лимоном                          | 200/7          | 0,13                   | 0,02         | 11,3          | 45,6               | 3,14         | 3,25          |
| <b>Итого завтрак:</b>                  |                | <b>12,54</b>           | <b>12,72</b> | <b>93,15</b>  | <b>517,7</b>       | <b>3,64</b>  | <b>18,92</b>  |
| <i>2-ой завтрак</i>                    |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Яблоки свежие                          | 75             | 0,23                   | 0            | 7,88          | 30,42              | 5,63         | 8,9           |
| <b>Итого 2 завтрак</b>                 |                | <b>0,23</b>            | <b>0</b>     | <b>7,88</b>   | <b>30,42</b>       | <b>5,63</b>  | <b>8,93</b>   |
| <i>Обед</i>                            |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Суп картофельный с крупой              | 200            | 1,76                   | 2,26         | 16,46         | 93,2               | 6,6          | 6,26          |
| Котлеты рыбные                         | 80             | 11,84                  | 15,04        | 9,28          | 219,2              | 0            | 28,19         |
| Картофель отварной с маслом            | 150/5          | 3                      | 5,1          | 18,5          | 132,6              | 5,6          | 17,46         |
| Хлеб пшеничный                         | 50             | 4,1                    | 0,7          | 21            | 106                | 0            | 3,33          |
| Компот из сухофруктов                  | 180            | 0,54                   | 0,09         | 18,09         | 75,6               | 0,18         | 4,32          |
| <b>Итого обед:</b>                     |                | <b>21,24</b>           | <b>23,19</b> | <b>83,33</b>  | <b>626,6</b>       | <b>12,38</b> | <b>59,56</b>  |
| <i>Полдник</i>                         |                |                        |              |               |                    |              |               |
| Кефир                                  | 180            | 5                      | 5,8          | 7,4           | 101,7              | 1,26         | 17,95         |
| Пряники в ассорти                      | 40             | 2,36                   | 1,88         | 24            | 146,4              | 0            | 8,17          |
| <b>Итого полдник</b>                   |                | <b>7,36</b>            | <b>7,68</b>  | <b>31,4</b>   | <b>248,1</b>       | <b>1,26</b>  | <b>26,12</b>  |
| <b>ИТОГО за день:</b>                  |                | <b>41,37</b>           | <b>43,59</b> | <b>215,76</b> | <b>1422,8</b>      | <b>22,91</b> | <b>113,53</b> |