

**УТВЕРЖДАЮ:**  
 Заведующая МБДОУОВ  
 «Детский сад «Колосок» с.Устинкино  
 Н.В. Лейман  
 М.П. \_\_\_\_\_  
 «11» 01 2024г

**Ежедневное меню горячего питания**  
**МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино**  
 на «11» 01 2024г.

Возрастная категория с 1-3 лет, с 3-7 лет  
 Длительность пребывания детей в ДОУ 10,5ч.

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
<b>1 ЗАВТРАК</b>			
1.	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	0,150	153,0
	Чай сладкий	0,160	38,4
	Бутерброд с сыром	0,025/0,004	81,08
<b>ИТОГО:</b>			273,2
<b>2 ЗАВТРАК</b>			
2.	Фрукты	0,095	34,8
<b>ИТОГО:</b>			34,8
3.	<b>ОБЕД</b>		
	Щи с мясом и сметаной	0,150	133,14
	Биточки мясные	0,050	114,83
	Гречка отварная	0,100	128,7
	Соус томатно-сметанный	0,020	13,4
	Салат из моркови с чесноком	0,040	44,09
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
	Компот из сухофруктов с вит.С	0,160	78,19
<b>ИТОГО:</b>			613,8
4.	<b>ПОЛДНИК</b>		
	Сырники со сгущенным молоком	0,050/0,007	167,08
	Напиток лимонный	0,160	46,4
<b>ИТОГО:</b>			213,48
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			1135,3

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,200	204,0
0,180	43,2
0,035/0,006	114,63
	361,8
0,100	36,6
	36,6
0,200	173,22
0,070	160,76
0,110	141,5
0,030	20,1
0,060	66,14
0,045	130,5
0,180	87,97
	772,0
0,070/0,009	231,56
0,180	52,2
	283,76
	1454,2

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУОВ  
«Детский сад «Колосок» с.Устинкино  
Н.В. Лейман



**Ежедневное меню горячего питания**  
**МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино**  
на «15» 01 2024г.

Возрастная категория с1-3 лет, с 3-7 лет  
Длительность пребывания детей в ДОУ 10,5ч.

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
<b>1 ЗАВТРАК</b>					
1.	Каша манная молочная со сливочным маслом	0,150	145,0	0,200	193,3
	Кофейный напиток	0,160	101,52	0,180	114,21
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5	0,035	101,5
	Печенье	0,012	36,1	0,020	60,11
<b>ИТОГО:</b>			355,1		469,1
<b>2 ЗАВТРАК</b>					
2.	Сок	0,100	46,0	0,100	46,0
<b>ИТОГО:</b>			46,0		46,0
3.	<b>ОБЕД</b>				
	Суп с пшенной крупой и мясом	0,150	133,73	0,200	174,01
	Рыба запечённая	0,050	38,43	0,070	53,8
	Картофельное пюре	0,100	91,63	0,110	100,79
	Соус белый	0,020	13,4	0,030	20,1
	Салат из свеклы с чесноком	0,040	44,09	0,060	66,14
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5	0,045	130,5
	Компот из сухофруктов с вит.С	0,160	78,19	0,180	87,97
<b>ИТОГО:</b>			501,0		633,3
4.	<b>ПОЛДНИК</b>				
	Оладьи со сгущенным молоком	0,050/0,012	181,0	0,070/0,020	263,4
	Чай сладкий	0,160	38,4	0,180	43,2
<b>ИТОГО:</b>			219,4		306,6
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			1121,5		1455

**УТВЕРЖДАЮ:**  
 Заведующая МБДОУОВ  
 «Детский сад «Колосок» с.Устинкино  
 Н.В. Лейман  
 М.П. \_\_\_\_\_  
 «14» 01 2024г

**Ежедневное меню горячего питания**  
**МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино**  
 на «14» 01 2024г.

Возрастная категория с 1-3 лет, с 3-7 лет  
 Длительность пребывания детей в ДОУ 10,5ч.

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
<b>1 ЗАВТРАК</b>					
1.	Омлет с консервированным горошком и со сливочным маслом	0,130	164,8	0,150	189,20
	Чай сладкий	0,160	38,4	0,180	43,2
	Конфета шоколадная	0,012	49,7	0,020	82,8
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5	0,035	101,5
	<b>ИТОГО:</b>		325,4		416,7
<b>2 ЗАВТРАК</b>					
2.	Сок	0,100	55,0	0,100	55,0
	<b>ИТОГО:</b>		55,0		55,0
<b>3. ОБЕД</b>					
	Уха из рыбных консервов	0,150	85,55	0,200	114,6
	Картофельная запеканка с мясом		244,3		261,72
	Огурец соленый	0,040	2,8	0,060	4,2
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5	0,045	130,5
	Напиток из шиповника с вит.С	0,160	65,07	0,180	73,2
	<b>ИТОГО:</b>		499,2		638,7
<b>4. ПОЛДНИК</b>					
4.	Блины	0,050	145,33	0,070	203,4
	Кисло-молочный продукт	0,150	86,0	0,180	103,2
	<b>ИТОГО:</b>		231,3		306,6
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			1110,9		1417,0

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУОВ  
«Детский сад «Колосок» с.Устинкино  
Н.В. Лейман



М.П. «22» 01 2024г

**Ежедневное меню горячего питания**  
**МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино**  
на «22» 01 2024г.

Возрастная категория с 1-3 лет, с 3-7 лет  
Длительность пребывания детей в ДОУ 10,5ч.

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
<b>1 ЗАВТРАК</b>					
1.	Каша манная молочная со сливочным маслом	0,150	145,0	0,200	193,3
	Чай сладкий	0,160	38,4	0,180	43,2
	Пряник	0,012	23,6	0,020	39,33
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5	0,035	101,5
<b>ИТОГО:</b>			280,0		377,3
<b>2 ЗАВТРАК</b>					
2.	Сок	0,100	46,0	0,100	46,0
<b>ИТОГО:</b>			46,0		46,0
<b>3. ОБЕД</b>					
	Лапшевник с мясом курицы	0,150	93,1	0,200	124,13
	Жаркое по-домашнему	0,140	206,2	0,150	220,94
	Салат из кукурузы с луком	0,040	39,7	0,060	59,58
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5	0,045	130,5
	Компот из сухофруктов с витамином С	0,160	78,19	0,180	87,97
<b>ИТОГО:</b>			518,7		623,1
<b>4. ПОЛДНИК</b>					
	Блины со сливочным маслом	0,050/0,006	156,0	0,070/0,007	218,0
	Чай с молоком	0,160	67,6	0,180	70,48
<b>ИТОГО:</b>			223,6		288,48
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			1068,3		1334,8

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Заведующая МБДОУОВ  
«Детский сад «Колосок» с.Устинкино  
Н.В. Лейман



М.П. «19» 01 2024г

**Ежедневное меню горячего питания**  
**МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино**  
на «19» 01 2024г.

Возрастная категория с 1-3 лет, с 3-7 лет  
Длительность пребывания детей в ДОУ 10,5ч.

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
<b>1 ЗАВТРАК</b>					
1.	Суп гречневый молочный со сливочным маслом	0,150	89,54	0,200	119,38
	Какао	0,160	97,78	0,180	110,0
	Яйцо отварное	0,025	39,25	0,025	39,25
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5	0,035	101,5
	<b>ИТОГО:</b>		299,1		370,1
<b>2 ЗАВТРАК</b>					
2.	Сок	0,100	46,0	0,100	46,0
	<b>ИТОГО:</b>		46,0		46,0
<b>3. ОБЕД</b>					
	Суп гороховый на мясном бульоне с гречками	0,150	104,31	0,200	139,08
	Рагу из мяса птицы	0,140	183,21	0,150	196,3
	Икра кабачковая	0,040	22,0	0,060	33,0
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5	0,045	130,5
	Кисель с вит.С	0,160	103,28	0,180	116,19
	<b>ИТОГО:</b>		514,2		615,1
<b>4. ПОЛДНИК</b>					
	Хлеб ржаной с джемом	0,035/0,020	151,2	0,045/0,030	204,7
	Напиток из шиповника	0,160	65,07	0,180	73,2
	<b>ИТОГО:</b>		216,3		277,9
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			1075,6		1308,2