

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Заведующая МБДОУОВ  
«Детский сад «Колосок» с. Устинкино  
Н.В. Лейман  
М.П. \_\_\_\_\_  
« 12 » 01 2026г

**Ежедневное меню горячего питания  
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино  
на « 12 » 01 2026г.**

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 манная молочная со сливочным маслом | 0,150         | 145,0  |
|                       | Чай сладкий                              | 0,160         | 38,4   |
|                       | Пряник                                   | 0,012         | 23,6   |
|                       | Хлеб пшеничный                           | 0,025         | 72,5   |
| <b>ИТОГО:</b>         |                                          |               | 280,0  |
| <b>2 ЗАВТРАК</b>      |                                          |               |        |
| 2.                    | Сок                                      | 0,100         | 46,0   |
| <b>ИТОГО:</b>         |                                          |               | 46,0   |
| 3.                    | <b>ОБЕД</b>                              |               |        |
|                       | Лапшевник с мясом курицы                 | 0,150         | 93,1   |
|                       | Жаркое по-домашнему                      | 0,140         | 206,2  |
|                       | Салат из кукурузы с луком                | 0,040         | 39,7   |
|                       | Хлеб пшеничный                           | 0,035         | 101,5  |
|                       | Компот из сухофруктов с витамином С      | 0,160         | 78,19  |
| <b>ИТОГО:</b>         |                                          |               | 518,7  |
| 4.                    | <b>ПОЛДНИК</b>                           |               |        |
|                       | Блины со сливочным маслом                | 0,050/0,006   | 156,0  |
|                       | Чай с молоком                            | 0,160         | 67,6   |
| <b>ИТОГО:</b>         |                                          |               | 223,6  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> |                                          |               | 1068,3 |

| ВЕС В ГРАММАХ | ККАЛ   |
|---------------|--------|
| 0,200         | 193,3  |
| 0,180         | 43,2   |
| 0,020         | 39,33  |
| 0,035         | 101,5  |
|               | 377,3  |
| 0,100         | 46,0   |
|               | 46,0   |
|               | 46,0   |
| 0,200         | 124,13 |
| 0,150         | 220,94 |
| 0,060         | 59,58  |
| 0,045         | 130,5  |
| 0,180         | 87,97  |
|               | 623,1  |
| 0,070/0,007   | 218,0  |
| 0,180         | 70,48  |
|               | 288,48 |
|               | 1334,8 |