

Ступак
Наталья
Геннадьевна

Подписано цифровой
подписью: Ступак
Наталья Геннадьевна
Дата: 2026.10.05
15:18:30 +07'00'

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая ДОУ
д/с Ягодка»
Н.Г. Ступак

02.10.2026 г.

Меню на 05 Октября 2026г

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	
белки	жиры	углеводы			от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет
				Завтрак		
4,1/5,5	6,4/8,6	24,3/32,4	172/229	Каша рисовая молочная	150	200
1,6/2,3	0,2/0,3	9,7/11,5	47/57,9	Хлеб пшеничный	20	30
1,6/2,4	5,1/7,5	22,6/36,9	141/222	Бутерброд с маслом	20/8	30/10
2,7/3,6	2,4/3,3	18,7/25	108/144	Какао с молоком	150	200
				Обед		
1,8/2,3	3,4/4,3	12/15	64/108	С картофельный с мясными фрикадельками	200	250
2,2/3,3	0,4/0,8	19,8/29,7	88,8/133,2	Хлеб ржаной	40	50
1,6/2,3	0,2/0,3	9,7/11,5	47/57,9	Хлеб пшеничный	20	30
15,5/20,7	12,1/16,1	18,6/38,1	286/381	Вареники с картофелем	150	180
0,07/0,1	0,0/28,7	38,3	115/154	Компот из смеси сухофруктов	150	200
				Полдник		
7,1/8,1	13/14,8	29,6/33,9	264/302	Творожники песочные	70	80
0,07/0,1	0/0	11,2/15	45/60	Чай с сахаром	150	200

Ступак Наталья
Геннадьевна

Подписано цифровой
подписью: Ступак Наталья
Геннадьевна
Дата: 2026.10.05 15:18:50
+07'00'

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая ДОУ
д/с «Ягодка»
Н.Г. Ступак

05.10.2026 г.

Меню на 6 Октября 2026г

Пищевые вещества, г						Энергетическая ценность, ккал		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г		
белки		жиры		углеводы					от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	
от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	Завтрак			
3,9	5,2	8,7	11,6	18,7	25	169	226				
1,6	2,3	0,2	0,3	9,7	11,5	47	57,9		Каша манная молочная жидкая	150	200
1,4	1,9	1,6	2,3	38,6	54,1	175	245		Хлеб пшеничный	20	30
2,4	3,2	2	2,7	11,9	15,9	59	79		Бутерброд с сыром	20/10	20/10
								Чай с лимоном и сахаром	150	200	
								Обед			
1,6	2,05	4,2	5,2	13	16,2	97	121,2	Суп с клецками	200	250	
2,2	3,3	0,4	0,8	19,8	29,7	88,8	133,2	Хлеб ржаной	40	50	
1,6	2,3	0,2	0,3	9,7	11,5	47	57,9	Хлеб пшеничный	20	30	
8,5	11,4	7,8	10,4	37	49	253	337	Сосиска отварная	50/20	50/30	
14,8	20,5	14	18,9	3,1	3,3	198	265	Макаронные изделия отварные	150	180	
0,3	0,5	0	0	20,5	27	82,5	110	Кисель из концентрата плодово-ягодного	150	200	
								Полдник			
5,1	5,8	5,2	6,0	24,2	27,7	165	188,6	Пирожок из сдобного теста с картофелем	70	80	
0,07	0,1	0	0	11,2	15	45	60	Чай с сахаром	150	200	

Ступак
Наталья
Геннадьевна

Подписано цифровой
подписью: Ступак
Наталья Геннадьевна
Дата: 2026.10.05 15:19:07
+07'00'

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая ДОУ
д/с Ягодка»
Н.Г. Ступак

06.10.2026 г.

Меню на 7 Октября 2026г

Пищевые вещества, г						Энергетическая ценность, ккал		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	
белки		жиры		углеводы					от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет
от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	Завтрак		
6,4	8,5	10,5	14,1	23,6	31,5	215	287	Каша из хлопьев геркулес	150	200
1,6	2,3	0,2	0,3	9,7	11,5	47	57,9	Хлеб пшеничный	20	30
1,1	1,9	1,6	2,3	38,6	54,1	175	245	Бутерброд с повидлом	20/15	30/15
0,1	0,2	0,03	0,03	4,7	9,3	19	37	Кофейный напиток с молоком	150	200
								Обед		
1,4	1,8	4	5	8,5	10,6	76	95	Борщ из капусты и картофеля	200	250
2,2	3,3	0,4	0,8	19,8	29,7	88,8	133,2	Хлеб ржаной	40	50
1,6	2,3	0,2	0,3	9,7	11,5	47	57,9	Хлеб пшеничный	20	30
3,6	4,4	6,0	7,2	33,8	40,5	204,6	245,5	Тефтели	50/20	60/30
14,2	19,7	16	24,3	2,2	2,8	245	309	Картофельное пюре	150	180
0	0	0	0	15	20	57	76	Компот из плодов консервированных	150	200
								Полдник		
5	5,7	5,1	5,9	30,4	34,8	188,7	215,7	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	80
0,5	0,7	0,2	0,3	17	22	72,7	97	Чай с сахаром	150	200

Ступак Наталья
Геннадьевна

Подписано цифровой
подписью: Ступак Наталья
Геннадьевна
Дата: 2026.10.05 15:19:47
+07'00'

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая ДОУ
д/с Ягодка»
Н.Г. Ступак

07.10.2026г

Меню на 8 Октября 2026г

Пищевые вещества, г						Энергетическая ценность, ккал		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	
белки		жиры		углеводы					от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет
от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	Завтрак		
4,82	6,0	5,16	6,45	16,52	20,65	131	164	Каша пшеничная молочная жидкая	150	200
1,6	2,3	0,2	0,3	9,7	11,5	47	57,9	Хлеб пшеничный	20	30
2,4	2,4	4,4	8,6	14,5	14,6	109	146	Печенье	20	20
2,7	3,6	2,4	3,3	18,7	25	108	144	Какао с молоком	150	200
								Обед		
2,2	2,7	2,3	2,8	15,1	18,9	91	113	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250
2,2	3,3	0,4	0,8	19,8	29,7	88,8	133,2	Хлеб ржаной	40	50
1,6	2,3	0,2	0,3	9,7	11,5	47	57,9	Хлеб пшеничный	20	30
8,5	11,4	7,8	10,4	37	49,4	253	337	гречка	150	180
10,5	12	7,5	8,5	6,5	7,4	131,9	158	Курица в томатном соусе	70/20	80/30
0,3	0,5	0	0	20,5	27	82,5	110	Компот из смеси сухофруктов	150	200
								Полдник		
4,2	4,8	3,7	4,2	42	48	221	253	Блины с джемом	70/10	80/10
0,07	0,1	0	0	11,2	15	45	60	Чай с сахаром и лимоном	150	200

Ступак Наталья
Геннадьевна

Подписано цифровой
подписью: Ступак
Наталья Геннадьевна
Дата: 2026.10.05 15:20:04
+07'00'

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая ДОУ
д/с Ягодка»
Н.Г. Ступак

08. 10.2026 г.

Меню 9 Октября 2026г

Пищевые вещества, г						Энергетическая ценность, ккал		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	
белки		жиры		углеводы					от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет
от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет	от 1,6 до 3 лет	от 3 до 7 (8) лет			
4,6	6,2	5,5	7,4	23,1	30	161,5	215	Завтрак Суп молочный с макаронными изделиями	150	200
1,6	2,3	0,2	0,3	9,7	11,5	47	57,9	Хлеб пшеничный	20	30
5	7,9	3	4,7	14,5	24,2	106	172	Бутерброд с маслом	20/8	20/10
2,4	3,2	2	2,7	11,9	15,9	59	79	Чай с лимоном и сахаром	150	200
								Обед		
7,3	9,2	5,7	7,2	12,8	16	133	166,2	Свекольник	200	250
2,2	3,3	0,4	0,8	19,8	29,7	88,8	133,2	Хлеб ржаной	40	50
1,6	2,3	0,2	0,3	9,7	11,5	47	57,9	Хлеб пшеничный	20	30
5,2	7,0	7,2	9,6	30,6	40,8	208	278	Плов из отварной птицы	150	180
0,33	0,5	0,07	0,2	11,7	22,2	49	93	Компот из яблок и лимона	150	200
								Полдник		
4,7	6.6	5,7	8	13,4	18,8	125	175	Колбасные изделия запеченные в тесте/ сосиска/	70	80
0,5	0,7	0,2	0,3	17	22	72,7	97	Напиток из шиповника	150	200