Ступак Наталья Геннадьевна

Подписано цифровой подписью: Ступак Наталья Геннадьевна
Дата: 2026.10.26 12:16:24 +07'00'

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

23.10.2026 г.

Меню на 26 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**		
5,8	7,7	8,8	11,8	26,6	35,5	209,5	279	Каша пшенная молочная	200	250
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	Бутерброд с маслом	20/8	30/10
0,1	0,2	0,0	0,03	4,7	9,3	19	37	Чай с сахаром и лимоном	150	200
								Обед		
1,7	2,1	3,5	4,4	9,6	12	77,6	97	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
9,1	11,4	9	11,3	21,6	27	205	256,4	Плов из отварной птицы	150	180
0	0	0	0	15	20	57	76	Кисель из концентрата плодово-ягодного	150	200
								Полдник		
17,7	22,1	10,8	13,5	17,1	21,4	238	298	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: 2026.10.26 12:16:44 +07'00'

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

26. 10 .2026 г.

Месяц на 27 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**		
5,7	7,3	5,2	6,5	18,9	23,7	146	182	Суп молочный с крупой рис	200	250
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 сыром	20/10	30/10
2,7	3,6	2,4	3,3	18,7	25	108	144	Какао с молоком	150	200
								Обед		
3,9	4,9	4,2	5,3	16,1	20,1	118	148,2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	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
10,5	12	7,5	8,5	6,5	7,4	131,9	158	Тефтели , подлив	70/20	80/30
3,1	3,3	6,6	7,9	16	20	138	157	Картофельное пюре	150	180
0,33	0,5	0,01	0,0,2	11,7	22,2	49	93	Компот из плодов сушеных	150	200
								Полдник		
4,2	4,8	1,9	2,3	25,9	29,6	137	157	Ватрушка с повидлом	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: 2026.10.26 12:17:05 +07'00'

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

27.10.2026 г.

Меню на 28 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**		
7,056	8,82	13,584	16,98	1,352	1,69	156,304	195,38	Омлет натуральный	75	95
1,6	2,3	0,2	0,3	9,7	11,5	47	57,9	Хлеб пшеничный	20	30
1,4	1,9	1,6	2,3	38,6	54,1	175	245	Печенье	35	35
2,4	3,2	2	2,7	11,9	15,9	59	79	Кофейный напиток с сахаром	150	200
								Обед		
1,4	1,7	3,9	4,9	6,2	7,7	66,4	83	Щи из свежей 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
5,6	6,7	0,68	0,8	29,1	34,8	145	173	Макаронные изделия отварные	150	180
6,7	7,7	3,6	4,1	2	2,3	67,9	77,6	Рыба жаренная/ подлив	70/20	80/30
0,4	0,5	0,1	0,2	24,3	32,4	99,7	133	Компот из плодов консервированных	150	200
								Полдник		
4,5	6	7,8	10,4	36,2	48,2	233	310,6	Булочка домашняя	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: 2026.10.26 12:17:22 +07'00'

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

28.10.2026г.

Меню на 29 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 жидкая	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 повидлом	20/10	30/15
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	Суп с рыбной консервой	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	Пельмени	150	180
0,07/0,1	0,0/28,7	38,3	115/154	Кисель из джема	150	200
				Полдник		
5,6/6,7	0,6/0,8	29/34	144/173	Макароны отварные	120	150
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: 2026.10.26 12:18:18 +07'00'

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

29.10.2026 г.

Меню на 30 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	Каша дружба	150	200
1,6	2,3	0,2	0,3	9,7	11,5	47	57,9	Хлеб пшеничный	20	30
1,4	1,9	1,6	2,3	38,6	54,1	175	245	печенье	20	20
2,4	3,2	2	2,7	11,9	15,9	59	79	Кофейный напиток с молоком	150	200
								Обед		
1,6	2,05	4,2	5,2	13	16,2	97	121,2	Рассольник ленинградский	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	Гречка рассыпчатая	150	180
14,8	20,5	14	18,9	3,1	3,3	198	265	Бефстрогонов из отварного мяса	70/20	80/30
0,3	0,5	0	0	20,5	27	82,5	110	Компот из смеси сухофруктов	150	200
								Полдник		
5,1	5,8	5,2	6,0	24,2	27,7	165	188,6	Блинчики со сгущенным молоком	70/10	80/15
0,07	0,1	0	0	11,2	15	45	60	Чай с сахаром	150	200