

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
МБДОУ Детский сад №16

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ Детский сад №16  
Г.О.Носонова



Меню ( день 2 )

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества					Энергетическая ценность		
				белки		жиры		Углеводы			
		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л	
Завтрак	Каша вязкая молочная из пшениной крупы с маслом и с сахаром	180		3,73		3,40		38,23		196,74	
	Кофейный напиток с молоком	180		1,17		0,49		19,94		118,42	
	Бутерброд с маслом сливочным	40		1,95		6,19		12,76		83,48	
		400		6,85		10,08		70,93		398,64	
Обед	Икра свекольная	60		0,76		4,55		4,45		43,81	
	Суп пюре из картофеля	180		6,64		8,51		27,88		157,91	
	сметана	7		0,18		1,05		0,25		11,34	
	Гренки из пшеничного хлеба	10		1,24		0,16		7,61		33,64	
	Напиток из плодов шиповника	180		0,40		0,00		10,78		39,40	
	Хлеб пшеничный	30		0,87		0,30		0,63		46,11	
	Хлеб ржано- пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
	Плов из птицы или кролика	150		10,07		13,72		27,93		244,98	
		647		20,64		28,62		80,25		604,10	
Уплотнён ный полдник	Вареники ленивые	120		12,28		11,60		14,04		233,04	
	Молоко сгущеное с сахаром 8,5% жирности	15		1,08		1,27		8,32		49,20	
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180		0,00		0,00		7,18		52,49	
	Хлеб ржано- пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
Итого за уплотнённый полдник		225		13,84		13,20		30,26		361,64	
Итого за день		1272		45,83		51,98		180,26		1371,89	

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
МБДОУ Детский сад №16

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ Детский сад №16  
Г.О.Носонова



Меню (3 день)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества					Энергетическая ценность		
				белки		жиры		Углеводы			
		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л	
Завтрак	Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом и с сахаром	180		2,66		39,83		38,97		185,85	
	Чай с сахаром	180		0,09		0,00		5,40		37,06	
	Бутерброды с джемом	40		1,88		6,05		21,53		112,93	
Итого за завтрак		400		4,63		45,88		65,90		335,84	
Обед	Икра кабачковая	60		1,14		2,34		2,22		65,40	
	Борщ с капустой и с картофелем	180		12,62		4,32		11,16		106,99	
	сметана	7		0,18		1,05		0,25		11,34	
	Картофельное пюре с маслом	130		1,94		2,82		17,93		136,93	
	Соус томатный	30		0,39		1,54		1,31		14,95	
	Котлеты рубленные из птицы или кролика с маслом	55		5,27		18,35		8,96		140,51	
	Компот из плодов или ягод сушеных изюм	180		0,83		0,18		20,25		99,13	
	Хлеб пшеничный	30		0,87		0,30		0,63		46,11	
	Хлеб ржано- пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
		702		23,72		31,23		63,43		648,27	
Уплотнён ный полдник	Макароны запеченные с яйцом	140		3,53		17,43		16,28		144,33	
	Молоко кипяченное	180		5,22		5,76		6,66		90	
	Хлеб ржано- пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
Итого за уплотнённый полдник		350		9,23		23,52		23,66		261,24	
Итого за день		1452		37,58		100,63		152,99		1245,35	

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
МБДОУ Детский сад №16

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ Детский сад №16  
Г.О.Носонова



Меню (4 день)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки	жиры	Углеводы	
		3-7 л	3-7 л	3-7 л	3-7 л	3-7 л
Завтрак	<i>Запеканка из творога с морковью и с молоком сгущенным</i>	150	5,73	18,53	37,68	340,04
	<i>Какао с молоком</i>	180	1,40	0,50	16,24	92,30
	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	40	1,95	6,19	12,76	83,48
Итого за завтрак		370	9,08	25,22	66,68	515,82
Обед	<i>Суп с макаронными изделиями и с картофелем</i>	180	7,56	4,00	10,31	113,26
	<i>сметана</i>	7	0,18	1,05	0,25	11,34
	<i>Тефтели 1-й вариант</i>	80	7,18	8,70	14,27	172,14
	<i>Картофель в молоке</i>	100	1,61	10,20	12,84	78,45
	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	180	0,09	0,00	10,19	38,12
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	0,87	0,30	0,63	46,11
	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	30	0,48	0,33	0,72	26,91
Итого за обед		607	17,97	24,58	49,21	486,33
Уплотнённый полдник	<i>Котлеты биточки рыбные</i>	70	11,49	7,92	4,94	106,10
	<i>Капуста тушеная</i>	130	3,25	1,78	9,35	70,59
	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	30	0,48	0,33	0,72	26,91
	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	180	0,40	0,00	10,78	39,40
Итого за уплотнённый полдник		410	15,62	10,03	25,79	243
Итого за день		1387	42,67	59,83	141,68	1245,15

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
МБДОУ Детский сад №16

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ Детский сад №16  
Г.О.Носонова



Меню (5 день)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки	жиры	Углеводы	
		3-7 л	3-7 л	3-7 л	3-7 л	3-7 л
Завтрак	Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом и с сахаром	180	2,50	4,52	59,18	244,17
	Кофейный напиток с молоком	180	1,17	0,49	19,94	118,42
	Бутерброды с сыром	40	2,06	6,73	9,76	78,92
Итого за завтрак		400	5,73	11,74	88,88	441,51
Обед	Суп картофельный с клецками	180	5,09	5,89	15,01	118,10
	Запеканка картофельная с мясом с маслом	150	12,14	11,19	22,62	293,21
	Соус молочный	30	0,29	1,05	4,51	27,99
	Напиток из плодов шиповника	180	0,40	0,00	10,78	39,40
	Хлеб пшеничный	30	0,87	0,30	0,63	46,11
	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,48	0,33	0,72	26,91
Итого за обед		600	19,27	18,76	54,27	551,72
Уплотнённый полдник	Омлет с морковью	65	5,49	14,53	2,22	91,07
	Чай с сахаром	180	0,09	0,00	5,40	37,06
	Хлеб ржано - пшеничный	30	0,48	0,33	0,72	26,91
Итого за уплотнённый полдник		275	6,06	14,86	8,34	155,04
Итого за день		1275	31,06	45,36	151,49	1148,27

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
МБДОУ Детский сад №16

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ Детский сад №16  
Г.О.Носонова



Меню (бдень)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
				белки		жиры		Углеводы			
		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л	
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом и с сахаром	180		5,33		7,02		17,69		183,85	
	Чай с сахаром	180		0,09		0,00		5,40		37,06	
	Бутерброд с маслом сливочным	40		1,95		6,19		12,76		83,48	
Итого за завтрак		400		7,37		13,21		35,85		304,39	
Обед	Икра морковная	60		0,82		2,06		2,15		39,20	
	Суп с бобовыми	180		10,13		3,89		17,28		167,09	
	Котлеты рубленные из птицы или кролика	55		8,72		8,38		8,14		143,00	
	Макаронные изделия отварные	150		4,05		5,02		73,35		365,55	
	Соус томатный	30		0,39		1,54		1,31		14,95	
	Напиток из плодов шиповника	180		0,40		0,00		10,78		39,40	
	Хлеб пшеничный	30		0,87		0,30		0,63		46,11	
	Хлеб ржано- пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
Итого за обед		715		25,86		21,52		114,36		842,21	
Уплотнён ный полдник	Рыба тушенная в томате с овощами	80		8,98		9,01		1,77		62,00	
	Рис отварной	150		2,46		5,19		13,58		107,92	
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180		0,00		0,00		7,18		52,49	
	Хлеб ржано- пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
Итого за уплотнённый полдник		440		11,92		14,53		23,25		249,32	
Итого за день		1555		45,15		49,26		173,46		1395,92	

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
МБДОУ Детский сад №16

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ Детский сад №16  
Г.О.Носонова



Меню (7день)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
				белки		жиры		Углеводы			
		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л	
Завтрак	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом и с сахаром	180		4,79		3,49		53,69		252,4	
	Бутерброды с сыром	40		4,46		5,93		13,76		126,97	
	Кофейный напиток с молоком	180		1,17		0,49		36,14		145,42	
Итого за завтрак		400		10,42		9,91		103,59		524,79	
Обед	Икра свекольная	60		0,76		4,55		3,97		61,82	
	Рассольник ленинградский	180		7,78		4,36		10,67		117,2	
	Жаркое по домашнему	180		14,56		11,18		27,45		316,35	
	Компот из плодов или ягод изюм	180		0,83		0,18		28,89		113,58	
	Хлеб пшеничный	30		2,37		0,30		0,63		70,14	
	Хлеб ржано- пшеничный	30		1,68		0,33		0,72		68,97	
Итого за обед		660		27,98		20,90		72,33		748,06	
Уплотнён ный полдник	Пудинг из творога запеченный с молоком сгущенным	130		21,11		15,28		29,82		425,83	
	Молоко кипяченное	180		5,22		5,76		8,46		108	
	Хлеб ржано- пшеничный	30		1,68		0,33		0,72		68,97	
Итого за уплотнённый полдник		340		28,01		21,37		39,00		602,8	
Итого за день		1680		82,11		55,12		226,96		1983,86	

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
МБДОУ Детский сад №16

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ Детский сад №16  
Г.О.Носонова



Меню(8день)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
				белки		жиры		Углеводы			
		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л	
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180		4,3		5,63		46,03		244,35	
	Бутерброды с джемом	40		1,88		6,05		21,53		112,93	
	Чай с сахаром	180		0,09		0,00		5,40		37,06	
Итого за завтрак		400		6,27		11,68		72,96		394,34	
Обед	Икра кабачковая	60		1,14		2,34		2,22		65,40	
	свекольник	180		4,75		7,16		13,18		108,29	
	Курица тушеная с капустой	180		8,62		9,41		9,00		129,35	
	Компот из сушеных фруктов	180		0,09		0,00		10,19		38,12	
	Хлеб пшеничный	30		0,87		0,3		0,63		46,11	
	Хлеб ржано- пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
Итого за обед		660		15,95		19,54		35,94		414,18	
Уплотнён ный полдник	Рис отварной	150		2,46		5,19		13,58		107,92	
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180		0,00		0,00		7,18		52,49	
	Хлеб ржано - пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
	Суфле рыбное	80		12,43		7,14		7,13		181,72	
	Соус молочный	30		0,29		1,05		4,51		27,99	
Итого за уплотнённый полдник		470		15,66		13,71		33,12		397,03	
Итого за день		1530		37,88		44,93		142,02		1205,55	

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
МБДОУ Детский сад №16

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ Детский сад №16  
Г.О.Носонова



Меню (9день)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
				белки		жиры		Углеводы			
		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л	
Завтрак	Запеканка рисовая с творогом ( с молоком сгущённым	130		13,84		23,79		38,79		324,35	
	Бутерброды с маслом	40		1,95		6,19		12,76		83,48	
	Какао с молоком	180		1,4		0,5		16,24		92,3	
Итого за завтрак		350		17,19		30,48		67,79		500,13	
Обед	Уха с крупой	180		3,78		7,15		14,96		105,1	
	Котлеты рубленные из куры ( с маслом)	65		5,27		18,35		8,96		140,51	
	Макаронные изделия отварные	150		5,09		0,94		31,32		153,9	
	Соус томатный	30		0,39		1,54		1,31		14,95	
	Компот из сушёных фруктов	180		0,09		0		10,19		38,12	
	Хлеб пшеничный	30		0,87		0,3		0,63		46,11	
	Хлеб ржано- пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
Итого за обед		655		15,97		28,61		68,09		525,6	
Уплотнён ный полдник	Каша вязкая молочная из гречневой крупы ( с маслом и сахаром	180		2,5		4,52		59,18		244,17	
	Компот из плодов или ягод сушёных (изюм)	180		0,83		0,18		20,25		99,13	
	Хлеб ржано- пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
Итого за уплотнённый полдник		390		3,81		5,03		80,15		370,21	
Итого за день		1395		36,97		64,12		216,03		1395,94	



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
МБДОУ Детский сад №16

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ Детский сад №16  
Г.О.Носонова



Меню (10 день)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
				белки		жиры		Углеводы			
		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л		3-7 л	
Завтрак	Каша вязкая ячневая	180		5,80		3,56		34,33		375,71	
	Бутерброды с сыром	40		2,06		6,73		9,76		78,92	
	Кофейный напиток с молоком	180		1,17		0,49		19,94		118,42	
Итого за завтрак		350		9,03		10,78		64,03		573,05	
Обед	Суп крестьянскийс крупой пшено	180		8,66		9,99		42,80		28,04	
	Голубцы ленивые с маслом	150		10,26		12,97		31,21		212,96	
	Напиток из плодов шиповника	180		0,40		0,00		10,78		39,40	
	Хлеб пшеничный	30		0,87		0,30		0,63		46,11	
	Хлеб ржано- пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
	Соус молочный	30		0,29		1,05		4,51		27,99	
Итого за обед		600		20,96		24,64		90,65		381,41	
Уплотнён ный полдник	Омлет натуральный	130		13,00		14,86		16,42		211,69	
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180		0,00		0,00		7,18		52,49	
	Хлеб ржано- пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
Итого за уплотнённый полдник		340		13,48		15,19		24,32		291,09	
Итого за день		1340		43,47		50,61	56,94	179,00		1245,55	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 640527729349926770582792246281479462382890807223

Владелец Носонова Галина Олеговна

Действителен с 23.09.2025 по 23.09.2026