

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКОУ «Детский сад №8 «Солнышко»



30 июня 2025 года

Ежедневное меню основного питания МКДОУ «Детский сад № 8 «Солнышко»**Возрастная категория:** 3 – 7 лет**1 - день**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Омлет натуральный	80	137,15
	Икра кабачковая	80	62,4
	Масло (порциями)	10	66
	Хлеб целебный йодообогатенный	20	64,33
	Хлеб пшеничный	20	64,33
	Чай с сахаром	200	28
Итого за завтрак		410	422,21
Второй завтрак	Сок фруктовый	200	84,8
Итого за второй завтрак		200	84,8
Обед	Икра морковная	50	58,33
	Борщ с фасолью и картофелем	200	156,03
	Гуляш	45\45	185,4
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	195,7
	Хлеб пшеничный	30	64,2
	Хлеб ржаной	20	51,8
	Кисель из сока (С-витаминизация)	200	119,2
Итого за обед		740	830,66
Полдник	Булочка домашняя	80	284,8
	Кофейный напиток с молоком	200	100,6
Итого за полдник		280	385,4

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКОУ «Детский сад №8 «Солнышко»



О.Б. Горайнова



1 июля 2025 года

Ежедневное меню основного питания

МКОУ «Детский сад № 8 «Солнышко»

Возрастная категория: 3 – 7 лет 2 - день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	251
	Хлеб целебный йодообогатченный	40	128,66
	Масло порциями	10	66
	Сыр Российский	15	54
	Чай с сахаром	200	28
Итого за завтрак		465	527,66
Второй завтрак	Фрукты свежие по сезону (яблоко)	1шт.	67,1
Итого за второй завтрак		100	67,1
Обед	Икра свекольная	50	61,2
	Суп картофельный с бобовыми	200	135,47
	Шницель рыбный натуральный	80	256
	Картофель отварной	150	166,96
	Хлеб пшеничный	30	64,2
	Хлеб ржаной	20	51,8
	Компот из смеси сухофруктов (С-витаминизация)	200	132,8
Итого за обед		730	868.43
Полдник	Лапшевник с творогом со сгущенным молоком	80/20	168,8
	Чай с сахаром	200	28
Итого за полдник		300	196,8
Итого за день:		1595	1659,89

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКОУ «Детский сад №8 «Солнышко»



О.Б.Горяйнова



2 июля 2025 года

Ежедневное меню основного питания
МКОУ «Детский сад № 8 «Солнышко»

Возрастная категория: 3 – 7 лет 3 - день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша вязкая(овсяные хлопья)	200	246
	Хлеб пшеничный	40	128,66
	Масло порциями	10	66
	Чай с сахаром	200	28
Итого за завтрак		450	468,66
Второй завтрак	Сок фруктовый	200	84,8
Итого за второй завтрак		200	84,8
Обед	Овощи натуральные соленные или свежие	60	8,4
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	125,63
	Зразы из кур, бройлеров – цыплят с омлетом и овощами	80	181,33
	Каша рассыпчатая (крупа пшеничная)	150	267
	хлеб пшеничный	30	64,2
	Хлеб ржаной	20	51,8
	Кисель из сока (С-витаминизация)	200	119,2
Итого за обед		740	817,56
Полдник	Булочка ванильная	80	284,8
	Ряженка	200	108
Итого за полдник		280	392,8
Итого за день:		1670	1763,82

Составил:

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКОУ «Детский сад №8 «Солнышко»





3 июля 025 года

**Ежедневное меню основного питания
МКОУ «Детский са № 8 «Солнышко»**

Возрастная категория: 3 – 7 лет 4 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша вязкая (рисовая)	200	192
	Хлеб целебный йодообогащенный	40	128,66
	Масло порциями	10	66
	Чай с сахаром	200	28
Итого за завтрак		450	414,66
Второй завтрак	Фрукты свежие по сезону (яблоко)	1шт.	67,1
Итого за второй завтрак		100	67,1
Обед	Икра свекольная	50	61,2
	Суп картофельный с клецками	200	118,8
	Жаркое по домашнему	200	230
	хлеб пшеничный	30	64,2
	хлеб ржаной	20	51,8
	Компот из смеси сухофруктов (С-витаминизация)	200	132,8
Итого за обед		700	658,7
Полдник	Ленивые вареники	80/20	174,66
	Кофейный напиток с молоком	200	100,6
Итого за полдник		300	275,26
Итого за день:		1550	1415,72

Составил:

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКОУ «Детский сад №8 «Солнышко»



О.Б. Горяйнова



4 июля 2025 года

Ежедневное меню основного питания
МКОУ «Детский сад № 8 «Солнышко»

Возрастная категория: 3 – 7 лет

5- день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша жидкая(кукурузная)	200	193
	Хлеб пшеничный	40	128,66
	Масло порциями	10	66
	Сыр Российский	15	40,5
	Чай с сахаром	200	28
Итого за завтрак		465	456,16
Второй завтрак	Сок фруктовый	200	84,8
Итого за второй завтрак		200	84,8
Обед	Овощи натуральные соленые или свежие	60	8,4
	Борщ с капустой и картофелем	200	136,84
	Котлеты из птицы	80	212
	Картофель отварной	150	166,96
	Хлеб пшеничный	30	64,2
	Хлеб ржаной	20	51,8
	Кисель из сока (С-витаминизация)	200	119,2
Итого за обед		740	759,4
Полдник	Печенье весовое	50	208,5
	Какао с молоком	200	118,6
Итого за полдник		250	327,1
Итого за день:		1656	1627,46

Составил:

