

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор
 МАДОУ детский сад «Росток»
 /Н.Ю.Скворцова
 12.01.2026г.



**Ежедневное меню основного питания
МАДОУ детский сад «Росток»**

на 12 января 2026 года

Возрастная категория: 1 – 3 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 –12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша гречневая молочная вязкая	150	200
	Чай с молоком	150	36
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	45,15
Всего за завтрак:		330	281,15
Второй завтрак*	Сок фруктовый	100	42,6
Обед	Яйцо варенное с гарниром	20/10	38,7
	Борщ с фасолью, тушенной говядиной и сметаной	150	111,6
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	106,2
	Рыба отварная	50	80,6
	Компот из кураги	150	84,75
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	15,05
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	36	62,64
Всего за обед:		536	499,54
Полдник	Котлеты капустно-морковные	105	176
	Молоко кипяченое	150	30,4
	Кондитерские изделия	15	42
Всего за полдник:		270	248,4
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Омлет с сыром	40	77,4
	Кисломолочный напиток	150	84,1
Всего за ужин:		190	161,5
Всего за день:		1426	1238,14

*Служебная записка от 25.12.2025



УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МАДОУ детский сад «Росток»
Скворцова
/Н.Ю.Скворцова
12.01.2026.

**Ежедневное меню основного питания
МАДОУ детский сад «Росток»**

на 13 января 2026 года

Возрастная категория: 1 – 3 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 –12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша «Дружба»	160	143,9
	Кофейный напиток	150	66
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	32
Всего за завтрак:		330	241,9
Второй завтрак*	Яблоко свежее	90	36,2
	Салат из свеклы	30	32,8
	Суп картофельный с рыбой	150	86
	Запеканка картофельная с печенью, соус сметанный	150/15	193,1
	Напиток из шиповника	150	83
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	36	62,6
Всего за обед:		531	457,2
Полдник	Запеканка из творога с морковью	150	268,7
	Соус яблочный	30	19
	Хлеб пшеничный	20	30,1
	Кефир	150	64
Всего за полдник:		350	413,7
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Блюдо из запеченных овощей	100	113
	Чай с молоком	150	36
Всего за ужин:		250	149
Всего за день:		1551	1266,4

*Служебная записка от 25.12.2025

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МАДОУ детский сад «Росток»

/Н.Ю.Скворцова

12.01.2026г.



**Ежедневное меню основного питания
МАДОУ детский сад «Росток»**

на 14 января 2026 года

Возрастная категория: 1 – 3 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 –12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Суп молочный с макаронами	150	84,5
	Какао с молоком	150	70
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Всего за завтрак:		320	184,9
Второй завтрак	Напиток из шиповника	100	48,5
	Салат из моркови с яблоком	30	24,5
	Рассольник «Домашний»	150	66
	Птица тушеная	50	114,4
	Пюре картофельное	110	99,9
	Кисель п/я	150	57
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	45,15
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	36	62,6
Всего за обед:		556	469,55
	Котлеты капустные	150	204,5
	Соус молочный	30	25
	Кондитерские изделия	15	42
	Снежок	150	84
Всего за полдник:		345	355,5
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Каша молочная	100	66,6
	Молоко кипяченое	150	92,5
Всего за ужин:		250	159,1
Всего за день:		1571	1217,15

*Служебная записка от 25.12.2025



УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МАДОУ детский сад «Росток»
/Н.Ю.Скворцова
12.01.2026г.

**Ежедневное меню основного питания
МАДОУ детский сад «Росток»**

на 15 января 2026 года

Возрастная категория: 1 – 3 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 –12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша геркулесовая	150	156
	Чай с молоком	180	48
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Всего за завтрак:		350	234
Второй завтрак*	Фрукты свежие	90	41,4
Обед	Яйцо вареное с гарниром	20/10	39
	Суп с макаронами, говядиной	150	93,6
	Рыба припущененная в молоке	60	52
	Рис припущененный	120	151,3
	Компот из сухофруктов	150	80
	Хлеб пшеничный	10	15,05
	Хлеб ржаной	36	62,6
Всего за обед:		556	493,55
Полдник	Рагу из овощей	150	73
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	10,4
	Молоко кипяченое	150	92,5
Всего за полдник:		320	175,9
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Омлет	50	97
	Молоко кипяченое	150	92,5
Всего за ужин:		200	189,5
Всего за день:		1516	1134,35

*Служебная записка от 25.12.2025

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МАДОУ детский сад «Росток»

/Н.Ю.Скворцова

12.01.2026г.



**Ежедневное меню основного питания
МАДОУ детский сад «Росток»**

на 16 января 2026 года

Возрастная категория: 1 – 3 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 –12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Пудинг из творога с яблоками	100	182
	Соус сметанный	30	16
	Кофейный напиток	150	48
	Яблоко свежее	50	22
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	30,1
Всего за завтрак:		340	298,1
Второй завтрак	Чай с лимоном	150	40,6
	Кондитерские изделия	15	62
	Салат из свеклы отварной	30	22,85
	Суп крестьянский с крупой	150	67
	Гуляш из курицы	60	148,4
	Картофель отварной в молоке	110	90,96
	Напиток из шиповника	150	81
	Хлеб пшеничный витаминизированный	36	62,6
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	20	30,1
Всего за обед:		556	502,91
Полдник	Пюре морковное	120	99,8
	Рыба запеченная в омлете	50	73,5
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	15
	Йогурт	150	130,5
Всего за полдник:		330	318,8
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Блюдо из овощей	100	113
	Молоко кипяченое	150	92,5
Всего за ужин:		250	205,5
Всего за день:		1641	1427,91

*Служебная записка от 25.12.2025

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371004

Владелец Скворцова Наталия Юрьевна

Действителен С 19.01.2026 по 19.01.2027