



УТВЕРЖДАЮ:

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

12.01.2026 г.

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

на 12 января 2026 года

Возрастная категория: 3 – 7 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	180	239
	Чай с молоком	180	47,6
	Хлеб пшеничный	40	60,1
Всего за завтрак:		400	346,7
Второй завтрак*	Сок фруктовый	100	42,6
Обед	Яйцо варенное, салат из зеленого горошка	30/20	53,3
	Борщ с фасолью, тушенной говядиной и сметаной	180	136
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	125,6
	Суфле из отварной рыбы	50	80,6
	Компот из кураги	180	101,7
	Хлеб пшеничный витаминизированный	16	24,1
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	45	78,3
Всего за обед:		651	599,6
Полдник	Котлеты капустно-морковные	150	247
	Кондитерские изделия	15	60,8
	Молоко кипяченое	180	105,3
Всего за полдник:		345	413,1
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Омлет с сыром	50	97
	Кисломолочный напиток	180	106,2
Всего за ужин:		230	203,2
Всего за день:		1726	1605,20

*Служебная записка от 24.12.2025



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МАДОУ детский сад «Росток»

/Н.Ю.Скворцова

12.01.2026г.

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

на 13 января 2026 года

Возрастная категория: 3 – 7 лет

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша «Дружба»	180	161,9
	Кофейный напиток	180	81,7
	Хлеб пшеничный	20	30,1
Всего за завтрак:		380	273,7
Второй завтрак*	Яблоко свежее	90	36,2
	Салат из свеклы с черносливом	50	54,6
	Суп картофельный с рыбой	180	103,3
	Запеканка картофельная с печенью, соус сметанный	160/15	206
	Напиток из шиповника	200	80
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	45,15
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	45	78,3
Всего за обед:		580	567,35
Полдник	Запеканка из творога с морковью	150	268,7
	Соус яблочный	30	19
	Кефир	180	90
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	45,15
Всего за полдник:		390	422,85
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Блюдо из запеченных овощей	100	113
	Чай с молоком	200	87
Всего за ужин:		300	200
Всего за день:		1840	1500,1

*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: 3 – 7 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	180	90
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	32
Всего за завтрак:		350	206
Второй завтрак	Напиток из шиповника	100	48,5
	Салат из моркови и яблок	50	41
	Рассольник «Домашний»	200	99
	Птица тушеная	60	156
	Пюре картофельное	150	137
	Кисель п/я	180	79,6
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	45,15
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	45	78,3
Всего за обед:		715	636,05
	Котлеты капустные	150	204,5
	Соус молочный	40	33,3
	Кондитерские изделия	20	69,8
	Снежок	180	100,8
Всего за полдник:		390	408,4
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Каша молочная	150	170
	Молоко кипяченое	180	108
Всего за ужин:		330	278
Всего за день:		1885	1576,95

*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: 3 – 7 лет

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша геркулесовая	180	186,6
	Чай с молоком	180	47,6
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	45,15
Всего за завтрак:		390	279,35
Второй завтрак*	Фрукты свежие	90	41,4
Обед	яйцо варенное/ салат из соленых огурцов с луком	30/20	46,2
	Суп с макаронами, говядиной	180	114,5
	Птица тушеная	60	54,5
	Рис припущенный	150	201
	Компот из сухофруктов	180	95,4
	Хлеб пшеничный	20	30,1
	Хлеб ржаной	45	78,3
Всего за обед:		685	620
Полдник	Рагу из овощей	200	231
	Молоко кипяченое	180	105,3
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	45,15
Всего за полдник:		410	381,45
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Омлет	50	97
	Молоко кипяченое	180	108
Всего за ужин:		230	205
Всего за день:		1805	1527,2

*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: 3 – 7 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	110	200,2
	Соус сметанный	30	16,5
	Кофейный напиток	200	79
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	60,1
Всего за завтрак:		360	384,1
Второй завтрак	Чай с лимоном	180	42,6
	Кондитерские изделия	15	62
	Салат из свеклы отварной	60	45,6
	Суп крестьянский с крупой	180	78
	Гуляш из курицы	70	173,2
	Картофель отварной в молоке	150	124,6
	Напиток из шиповника	150	80
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	60,2
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	45	78,3
Всего за обед:		695	639,9
Полдник	Пюре морковное	150	124,5
	Рыба запеченная в омлете	70	103
	Йогурт	180	156,6
Всего за полдник:		450	390
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Овощное блюдо	100	113
	Молоко кипяченое	180	108
Всего за ужин:		280	221
Всего за день:		1980	1739,7

*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