



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МАДОУ детский сад «Росток»

_____/Н.Ю.Скворцова

19.01.2026г

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

на 19 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 рассыпчатая	150	166
	Чай с сахаром	150	36
	Хлеб пшеничный	20	30,1
Всего за завтрак:		320	232,1
Второй завтрак*	Сок фруктовый	100	42,6
Обед	Салат из кукурузы	30	29,9
	Суп-пюре из картофеля с гренками	150/15	142,2
	Рыба отварная	50	92,7
	Пюре из свеклы	110	91,3
	Компот из сухофруктов	150	67
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	36	62,6
Всего за обед:		541	485,7
Полдник	Омлет с сыром	130	251,8
	Хлеб пшеничный	10	5,3
	Молоко кипяченое	150	92,5
Всего за полдник:		290	349,6
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Блюдо из творога	50	87
	Кисломолочный напиток	150	84,1
Всего за ужин:		200	171,1
Всего за день:		1451	1281,1

*Служебная записка от 25.12.2025



УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МАОУ детский сад «Росток»
/Н.Ю.Скворцова
19.01.2026г

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

на 20 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	Запеканка пшеничная с творогом	90	156,6
	Соус молочный сладкий	20	17
	Яблоко свежее	70	31
	Какао с молоком	150	70
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	20
Всего за завтрак:		345	294,6
Второй завтрак*	Фрукты свежие	90	39,2
	Морковь отварная	30	14,1
	Суп картофельный с крупой и говядиной, сметаной	150	105,1
	Капуста тушеная	120	90
	Птица тушеная	50	45,4
	Кисель п/я	150	57
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	15,05
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	36	62,6
Всего за обед:		546	389,25
Полдник	Суфле рыбное	50	80,6
	Картофель тушеный	130	161,2
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
	Кефир	150	84
Всего за полдник:		350	355,8
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Каша молочная	100	66,6
	Молоко кипяченое	150	92,5
Всего за ужин:		250	159,1
Всего за день:		1581	1237,95

*Служебная записка от 25.12.2025



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МАДОУ детский сад «Росток»

/Н.Ю.Скворцова

19.01.2026г

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

на 21 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 рисом	150	107,3
	Чай с молоком	150	36
	Хлеб пшеничный	15	20
Всего за завтрак:		317	163,3
Второй завтрак*	Напиток из шиповника	100	48,5
Обед	Яйцо варенное /овощи отварные	20/10	38,7
	Щи с картофелем, сметаной	150	56
	Рыба тушеная с овощами	60	60,8
	Картофель отварной в молоке	110	133,8
	Компот из изюма	180	101,7
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30,1
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	36	62,6
Всего за обед:		586	483,7
Полдник	Макароны запеченные с сыром	150	222
	Снежок	150	130,5
	Хлеб пшеничный	20	30
Всего за полдник:		316	380,3
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Блюдо из овощей	100	113
	Молоко кипяченое	150	92,5
Всего за ужин:		250	205,5
Всего за день:		1571	1283,5

*Служебная записка от 25.12.2025



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МАДОУ детский сад «Росток»

_____/Н.Ю.Скворцова

19.01.2026г

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

на 22 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 пшенная молочная	150	169
	Кофейный напиток	180	81,7
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
	Всего за завтрак:	350	280,7
Второй завтрак*	Фрукты свежие	90	41,4
	Овощи отварные	30	20
	Рассольник Ленинградский	150	77
	Жаркое по-домашнему с мясом курицы	150	229,6
	Компот из яблок	150	73,2
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	51,4
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	36	62,6
Всего за обед:		536	513,8
Полдник	Капуста тушенная	120	112
	Пудинг рыбный запеченный	65	92,7
	Молоко кипяченое	150	92,5
Всего за полдник:		335	297,20
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Омлет с сыром	50	97
	Чай с молоком	150	36
Всего за ужин:		200	133
Всего за день:		1511	1266,1

*Служебная записка от 25.12.2025



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МАДОУ детский сад «Росток»

/Н.Ю.Скворцова

19.01.2026г

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

на 23 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 рисовая молочная	200	215
	Чай с молоком	150	36
	Хлеб пшеничный	10	15,05
Всего за завтрак:		360	266,05
Второй завтрак*	Чай с лимоном	150	40,6
	Кондитерские изделия	15	62
	Салат из свеклы	30	26,7
	Суп с макаронными изделиями	150	93,6
	Печень по-строгановски	60	107
	Картофельное пюре	110	99,9
	Компот из кураги	150	84,75
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	15,05
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	36	62,6
Всего за обед:		546	489,6
Полдник	Запеканка из творога с морковью	100	234
	Соус из кураги	30	20,9
	Кондитерские изделия	15	52,3
	Йогурт	150	130,5
Всего за полдник:		295	437,7
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Блюдо из овощей	100	113
	Молоко кипяченое	150	92,5
Всего за ужин:		250	205,5
Всего за день:		1616	1501,45

*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