

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: 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 манная	180	188,5
	Чай с молоком	180	47,6
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	20
Всего за завтрак:		380	256,1
Второй завтрак*	Сок фруктовый	100	42,6
Обед	Салат из кукурузы	50	49,5
	Суп-пюре из картофеля с гренками	180/20	160,7
	Рыба отварная	60	107,1
	Пюре из свеклы	130	107,9
	Компот из сухофруктов	180	80,1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	16	24,1
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	45	78,3
Всего за обед:		681	607,7
Полдник	Омлет с сыром	150	279,5
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	20
	Молоко кипяченое	180	118
Всего за полдник:		350	417,9
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Блюдо из творога	100	174
	Кисломолочный напиток	150	84,1
Всего за ужин:		250	258,1
Всего за день:		1761	1582,4

*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 20 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	Запеканка пшененная с творогом	90	156,6
	Соус молочный сладкий	20	17
	Яблоко свежее	70	31
	Какао с молоком	180	90
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30,1
Всего за завтрак:		380	324,7
Второй завтрак*	Яблоко свежее	90	36,2
	Морковь отварная	30	32,8
	Суп картофельный с крупой и говядиной, сметаной	180	133,3
	Капуста тушеная	130	97,9
	Птица тушеная	60	54,5
	Кисель п/я	180	68,4
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30,1
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	45	78,3
Всего за обед:		645	495,3
Полдник	Суфле рыбное	70	129
	Картофель тушеный	150	155
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30,1
	Кефир	180	90
Всего за полдник:		420	404,1
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Каша молочная	150	200
	Молоко кипяченое	180	106,2
Всего за ужин:		330	206,2
Всего за день:		1865	1571,9

*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

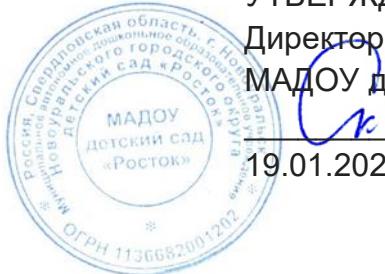
Возрастная категория: 3 - 7 лет

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Суп молочный с рисом	200	143,18
	Чай с молоком	180	47,6
	Хлеб пшеничный	20	30,1
Всего за завтрак:		410	220,88
Второй завтрак	Напиток из шиповника	100	48,5
Обед	Яйцо варенное с гарниром из зеленого горошка	30/20	53,6
	Щи с картофелем, сметаной	200	76
	Рыба тушеная с овощами	80	81
	Картофель отварной в молоке	150	168
	Компот из изюма	200	106
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	60,2
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	45	78,3
Всего за обед:		765	623,1
Полдник	Макароны запеченные с сыром	150	222
	Снежок	180	156,6
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30,1
Всего за полдник:		350	398,6
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Блюдо из овощей	100	113
	Молоко кипяченое	180	106,2
Всего за ужин:		280	219,2
Всего за день:		1895	1520,38

*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: 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 пшенная молочная	180	204
	Кофеинный напиток	180	81,7
	Хлеб пшеничный	20	30,1
Всего за завтрак:		380	315,8
Второй завтрак*	Фрукты свежие	90	41,4
	Яйцо вареное/овощи отварные	50	48,3
	Рассольник Ленинградский	180	93,6
	Жаркое по -домашнему	180	229,6
	Компот из яблок	180	62,1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	60,2
	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	45	78,3
Всего за обед:		675	572,1
Полдник	Капуста тушенная	150	105,7
	Пудинг рыбный запеченный	75	107
	Молоко кипяченое	180	105,3
Всего за полдник:		355	318
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Омлет с сыром	50	97
	Чай с молоком	200	87
Всего за ужин:		250	184
Всего за день:		1800	1431,3

*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: 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 рисовая молочная	200	215
	Чай с молоком	180	47,6
	Хлеб пшеничный	20	30,1
Всего за завтрак:		400	292,7
Второй завтрак	Чай с лимоном	180	42,6
	Кондитерские изделия	15	62
	Салат из свеклы	50	44,5
	Суп с макаронными изделиями	180	114,5
	Рыба отварная	60	83
	Картофельное пюре	130	118
	Компот из кураги	180	101,7
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30,1
Всего за обед:	Хлеб «Дарницкий» витаминизированный	45	78,3
		665	570,1
Полдник	Запеканка из творога с морковью	150	351
	Соус из кураги	30	20,9
	Кондитерские изделия	20	69,8
	Йогурт	180	156,6
Всего за полдник:		380	598,3
Рекомендованные блюда ужина (дома)	Блюдо из овощей	100	113
	Молоко кипяченое	180	108
Всего за ужин:		280	221
Всего за день:		1920	1786,8

*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