

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Васильевский детский сад»



Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
«Васильевский детский сад»
О.А. Аникина
23.06.2025 г

Ежедневное меню основного питания (6)

Дата: 23.06.2025 г, понедельник

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 9 часов

Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины С
		Белки г	Жиры г	Углеводы г		
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,8	0,08	52,88	-
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА «ДРУЖБА»	200/5	6,2	8,1	26,8	204,5	0,8
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	11,5	46,5	-
ХЛЕБ	50	2,34	0,5	21,7	77,43	-
Итого за прием пищи:		8,74	14,4	60,08	381,31	0,8
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,3	0,18	17,71	76,9	3,58
Итого за прием пищи:		0,3	0,18	17,71	76,9	3,58
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60/20	1,4	1,7	10	29	-
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200/10	4,4	5,34	22	119,04	4,6
КУРИЦА ОТВАРНАЯ	80	12,25	10,6	13,48	179,525	-
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	4,04	5,6	18,96	150	34,32
КОМПОТ	180	-	-	14	55,8	-
ХЛЕБ	40	2,25	0,4	15,15	77,43	-
Итого за прием пищи:		23,34	23,64	93,59	610,79	38,92
Полдник						
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	80	4,64	4,26	20,35	179	-
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,48	2,52	4,07	102	2,46
Итого за прием пищи:		8,12	6,78	24,42	281	2,46
Всего за день:		40,5	45,0	195,8	1350	45,76

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Васильевский детский сад»**



Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
«Васильевский детский сад»
О.А. Аникина
24.06.2025 г

Ежедневное меню основного питания (7)

Дата: 24.06.2025 г вторник

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 9 часов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины С
		Белки г	Жиры г	Углевод ы		
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,66	0,08	52,88	-
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150/5	10,02	10,76	3,36	135,9	0,7
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/10/7	0,12	-	10,2	41	2,83
ХЛЕБ	50	2,34	0,5	21,7	77,43	-
Итого за прием пищи:		12,58	16,92	35,34	307,21	3,32
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,8	-	7,3	38,7	54
Итого за прием пищи:		0,8	-	7,3	38,7	54
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,15	0,06	6,38	25,10	2,88
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200/10/5	1,04	3,9	6,78	67,8	14,78
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВ,	80	10,06	8,53	23,79	212	0,61
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С МАСЛОМ	150/5	3,12	2,65	41,23	168	-
КОМПОТ	180	-	-	22,0	89,06	0,9
ХЛЕБ	40	1,25	0,4	15,15	77,43	-
Итого за прием пищи:		15,62	15,54	115,33	639,39	19,17
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ	130/30	9,96 0,03	12,10 0,03	18,37 5,1	253 20,7	0,12 0,27
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,51	0,41	14,36	91	0,7
Итого за прием пищи:		11,5	12,54	37,83	364,70	1,09
Всего за день:		40,5	45,0	195,8	1350	77,83

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Васильевский детский сад»**



Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
«Васильевский детский сад»
О.А. Аникина
25.06.2025 г

Ежедневное меню основного питания (8)

Дата: 25.06.2025 г, среда

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 9 часов

Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамин С
		Белки г	Жиры г	Углеводы г		
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,8	0,08	52,88	-
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	4,4	5,4	26,32	180	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0	10,48	42,04	0,8
ХЛЕБ	50	2,34	2,5	21,7	77,43	-
Итого за прием пищи:		6,94	13,7	58,58	352,35	0,8
II Завтрак						
КОМПОТ	180	0	0	14	55,8	-
Итого за прием пищи:		0	0	14	55,8	-
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	0,91	3,06	5,25	64,20	0,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/10/5	3,68	2,68	9,7	169,8	2,3
КОТЛЕТА «ЗДОРОВЬЕ»	70/30	13,83	8,4	4,4	131	-
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150	3,0	3,1	12,9	92,9	9,1
КОМПОТ	180	-	0,1	19,07	101,9	-
ХЛЕБ	40	2,34	4,5	21,7	77,43	-
Итого за прием пищи:		23,76	21,84	73,02	637,23	12,1
Полдник						
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,2	19,0	100,02	0,5
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	-
ВАФЛИ	40	2,1	2,66	30,9	141,6	-
Итого за прием пищи:		9,8	9,46	50,2	304,62	0,5
Всего за день:		40,5	45,0	195,8	1350	13,40

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Васильевский детский сад»

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
«Васильевский детский сад»
О.А. Аникина
26.06.2025 г

Ежедневное меню основного питания (9)

Дата: 26.06.2025 г четверг

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 9 часов

Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамин С
		Белки г	Жиры г	Углеводы г		
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	3,8	0,08	52,88	-
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/5	3,8	5,76	50,04	272	-
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,85	2,01	10,36	91	1,17
ХЛЕБ	50	2,34	2,5	21,7	77,43	-
Итого за прием пищи:		8,09	14,07	82,18	493,31	1,17
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,8	-	7,3	38,7	54
Итого за прием пищи:		0,8	-	7,3	38,7	54
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	7,96	5,82	10,98	128	12,5
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	7,14	4,21	10,67	121	0,26
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	3,06	4,8	20,45	138	18,12
КОМПОТ	180	-	-1	14,8	101,90	-
ХЛЕБ	40	2,34	2,5	21,7	77,43	-
Итого за прием пищи:		20,5	17,33	78,6	566,33	36,58
Полдник						
ЗАПЕКАНКА из твор.	150/5	7,76	9,10	8,52	153	0,12
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,85	4,5	19,2	98,66	0,8
Итого за прием пищи:		10,61	13,60	27,72	251,66	0,92
Всего за день:		40,5	45,0	195,8	1350	92,67

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Васильевский детский сад»**



Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
«Васильевский детский сад»
О.А. Аникина
27.06.2025 г

Ежедневное меню основного питания (10)

Дата: 27.06.2025 г, пятница

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 9 часов

Прием пищи.наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамин С
		Белки г	Жиры г	Углеводы г		
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,8	0,08	52,88	-
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/5	4,47	5,58	25,7	166,39	0,5
ЧАЙ	180	0,1	0	10,48	42,04	0,8
ХЛЕБ	50	2,34	2,5	21,7	77,43	-
Итого за прием пищи:		7,01	13,88	57,96	338,74	1,3
II Завтрак						
СОК	180	0,8	0	7,3	38,7	7,2
Итого за прием пищи:		0,8	0	7,3	38,7	7,2
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,15	0,06	6,38	25,10	2,88
РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,9	4,91	16,24	103,6	5,5
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	160	11,13	10,3	5,24	210	1,11
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150/5	4,57	4,63	36,31	217	-
КОМПОТ	180	0	0	14	55,8	
ХЛЕБ	40	2,25	2,5	21,7	77,43	-
Итого за прием пищи:		22	22,4	99,87	688,93	9,49
Полдник						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180/5	8,09	6,52	15,21	177,23	0,49
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,2	15,46	106,4	0,8
Итого за прием пищи:		10,69	8,72	30,67	283,63	1,29
Всего за день:		40,5	45,0	195,8	1350	19,28

