



УТВЕРЖДАЮ

МАДОУ д/с № 35 "Непоседы"

Сажина Е.Г.

МЕНЮ
аллергии (косточковые)
31.07.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	33,1 г	86.722
	КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	180 г	181.44
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180 г	81.9
	Масло сливочное (порциями)	5 г	33.045
	Сыр полутвердый (порциями)	10 г	35.8
Итого за ЗАВТРАК		408.1 г	418.907
ЗАВТРАК № 2	23г. Соки овощные, фруктовые и ягодные	100 г	43
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	43
ОБЕД	23г. Икра свекольная	40 г	47.8
	23г. Суп картофельный с крупой (пшено)	180 г	62.82
	КОМПОТ ИЗ СВ\МОРОЖ.КЛЮКВЫ	180 г	31.5
	Плов из отварной говядины	150 г	244.8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за ОБЕД		620 г	546.92
ПОЛДНИК	23г. Булочка школьная	50 г	--
	23г. Молоко кипяченое	200 г	117.3
Итого за ПОЛДНИК		250 г	117.3
УЖИН	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150 г	132.42
	Птица отварная	70 г	172
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С САХАРОМ	200 г	41.556
Итого за УЖИН		450 г	429.976
Итого за день		1828.1 г	1556.103

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий(ая) МАДОУ д/с№35 "Непоседы"

Сажина Е.Г.

МЕНЮ
Ясли
31.07.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	25 г	65.5
	КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" (ЯСЛИ)	150 г	156.64
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180 г	81.9
	Масло сливочное (порциями)	4 г	26.436
	Сыр полутвердый (порциями)	5 г	17.9
Итого за ЗАВТРАК		364 г	348.376
ЗАВТРАК № 2	ЯБЛОКИ	120 г	55.2
Итого за ЗАВТРАК № 2		120 г	55.2
ОБЕД	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150 г	24
	23г. Икра свекольная	30 г	35.85
	23г. Суп картофельный с крупой (пшено)	150 г	52.35
	Плов из отварной говядины	120 г	195.84
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10 г	28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40 г	83.2
Итого за ОБЕД		500 г	419.24
ПОЛДНИК	23г. Булочка школьная	40 г	--
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200 г	102
Итого за ПОЛДНИК		240 г	102
УЖИН	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150 г	132.42
	Птица отварная	50 г	122.858
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ЧАЙ С САХАРОМ	200 г	41.556
Итого за УЖИН		420 г	352.834
Итого за день		1644 г	1277.65

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

МДОУ д/с № 35 "Непоседы"

Сажина Е.Г.

МЕНЮ

Аллергики(молочные продукты).

31.07.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	ДЖЕМ	10 г	20
	БАТОН	33,1 г	86.722
	23г. ал.б/м. Каша вязкая овсяная на воде с растительным маслом .	180 г	228.96
	ЧАЙ С САХАРОМ	200 г	41.556
Итого за ЗАВТРАК		423.1 г	377.238
ЗАВТРАК№2	23г. Фрукты свежие (Яблоки)	100 г	47
Итого за ЗАВТРАК№2		100 г	47
ОБЕД	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180 г	28.8
	23г. Икра свекольная	40 г	47.8
	23г. Суп картофельный с крупой (пшено)	180 г	62.82
	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ - аллергики	150 г	295.5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за ОБЕД		620 г	594.92
ПОЛДНИК	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200 г	113
	СУШКИ	50 г	202
Итого за ПОЛДНИК		250 г	315
УЖИН	КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ	200 г	58
	23г. ал.б/м Птица отварная	70 г	172
	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150 г	132.42
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
Итого за УЖИН		450 г	446.42
Итого за день		1843.1 г	1780.578

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Дети свыше 3 лет (М)
31.07.2026

УТВЕРЖДАЮ

МАДОУ д/с № 35 "Непоседы"

Сажина Е.Г.

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	33,1 г	86.722
	КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	180 г	181.44
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	190 г	86.45
	Масло сливочное (порциями)	5 г	33.045
	Сыр полутвердый (порциями)	10 г	35.8
Итого за ЗАВТРАК		418.1 г	423.457
ЗАВТРАК № 2	ЯБЛОКИ	100 г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	46
О Б Е Д	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180 г	28.8
	23г. Икра свекольная	40 г	47.8
	23г. Суп картофельный с крупой (пшено)	180 г	62.82
	Плов из отварной говядины	150 г	244.8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за О Б Е Д		620 г	544.22
ПОЛДНИК	23г. Булочка школьная	50 г	--
	23г. Молоко кипяченое	200 г	117.3
Итого за ПОЛДНИК		250 г	117.3
У Ж И Н	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150 г	132.42
	Птица отварная	70 г	172
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С САХАРОМ	200 г	41.556
Итого за У Ж И Н		450 г	429.976
Итого за день		1838.1 г	1560.953

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)