

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий(ая)

МАДОУ д/с № 35 "Непоседы"

Сажина Е.Г.

МЕНЮ

аллергии (косточковые)

30.10.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	26,6 г	69.692
	КАКАО С МОЛОКОМ	180 г	96.3
	КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	180 г	181.44
	Масло сливочное (порциями)	5 г	33.045
Итого за ЗАВТРАК		391.6 г	380.477
ЗАВТРАК № 2	БАНАНЫ	100 г	93
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	93
ОБЕД	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180 г	93.285
	КИСЕЛЬ ИЗ ОБЛЕПИХИ	180 г	52.92
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50 г	51.765
	Суфле из птицы с рисом	180 г	295.2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за ОБЕД		660 г	653.17
ПОЛДНИК	23г. Печенье сахарное	50 г	208.5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200 г	41.556
Итого за ПОЛДНИК		250 г	250.056
УЖИН	Сельдь с луком	40 г	244
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180 г	116.232
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С САХАРОМ	200 г	41.556
Итого за УЖИН		450 г	485.788
Итого за день		1851.6 г	1862.491

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий(ая)

МАДОУ д/с № 35 "Непоседы"

Сажина Е.Г.

МЕНЮ
Аллергики(рыба).
30.10.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	30 г	78.6
	КАКАО С МОЛОКОМ	180 г	96.3
	КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	180 г	181.44
	Масло сливочное (порциями)	5 г	33.045
Итого за ЗАВТРАК		395 г	389.385
ЗАВТРАК 2	Напиток Витошка(витаминизированный)	100 г	390
Итого за ЗАВТРАК 2		100 г	390
ОБЕД	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180 г	93.285
	КИСЕЛЬ ИЗ ОБЛЕПИХИ	180 г	52.92
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50 г	51.765
	Суфле из птицы с рисом	150 г	246
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за ОБЕД		630 г	603.97
ПОЛДНИК	23г. Печенье сахарное	50 г	208.5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200 г	41.556
Итого за ПОЛДНИК		250 г	250.056
УЖИН	23г. ал.б/м. Котлета из говядины с маслом растительным	50 г	137.867
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170 г	109.775
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200 г	41
Итого за УЖИН		450 г	372.642
Итого за день		1825 г	2006.053

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий(ая) МАДОУ д/с № 35 "Непоседы"
Сажина Е.Г.

МЕНЮ
Аллергики(говядина,молочные продукты).
30.10.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	30,1 г	78.862
	23г. ал.б/м. Каша вязкая овсяная на воде с растительным маслом .	180 г	228.96
	23г. Яйцо вареное	1 шт	63
	ЧАЙ С САХАРОМ	180 г	37.4
Итого за ЗАВТРАК		390.1 г, 1 шт	408.222
ЗАВТРАК № 2	БАНАНЫ	100 г	93
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	93
О Б Е Д	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ - аллергики б.м.	180 г	93.285
	23г. ал.б/м Птица отварная	60 г	147.429
	23г. ал.б/м. Рис отварной с маслом растительным .	100 г	148.334
	КИСЕЛЬ ИЗ ОБЛЕПИХИ	180 г	52.92
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50 г	51.765
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за О Б Е Д		640 г	653.733
ПОЛДНИК	СУШКИ	50 г	202
	КОМПОТ ИЗ СВОМОРОЖ.КЛЮКВЫ	200 г	35
Итого за ПОЛДНИК		250 г	237
У Ж И Н	Сельдь с луком	40 г	244
	23г. ал.б/м. Картофель отварной с маслом растительным .	180 г	192.72
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200 г	41
Итого за У Ж И Н		450 г	561.72
Итого за день		1830.1 г, 1 шт	1953.675

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий(ая) МАДОУ д/с № 35 "Непоседы"
Сажина Е.Г.

МЕНЮ

Аллергики(картофель. крахмал. молоко. сок) 4 гр.
30.10.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	33,1 г	86.722
	23г. ал.б/м. Каша вязкая овсяная на воде с растительным маслом .	180 г	228.96
	23г. Яйцо вареное	1 шт	63
	ЧАЙ С САХАРОМ	200 г	41.556
Итого за ЗАВТРАК		413.1 г, 1 шт	420.238
ЗАВТРАК № 2	БАНАНЫ	100 г	93
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	93
ОБЕД	23г. ал.б/м Птица отварная	60 г	147.429
	23г. ал.б/м. Рис отварной с маслом растительным .	100 г	148.334
	23г. Компот из ягод облепихи.	180 г	31.86
	23г. Суп с макаронными изделиями (аллер. б.картофеля,б.молоч).	180 г	107.64
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50 г	51.765
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за ОБЕД		640 г	647.028
ПОЛДНИК	СУШКИ	50 г	202
	КОМПОТ ИЗ СВ\МОРОЖ.КЛЮКВЫ	200 г	35
Итого за ПОЛДНИК		250 г	237
УЖИН	Сельдь с луком	40 г	244
	Смесь овощная (б.картофеля).	180 г	--
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С САХАРОМ	200 г	41.556
Итого за УЖИН		450 г	369.556
Итого за день		1853.1 г, 1 шт	1766.822

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий(ая)

МАДОУ д/с №35 "Непоседы"

Сажина Е.Г.

МЕНЮ

аллергии (яйцо, курица)

30.10.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	29,9 г	78.338
	КАКАО С МОЛОКОМ	180 г	96.3
	КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	180 г	181.44
	Масло сливочное (порциями)	5 г	33.045
	Сыр полутвердый (порциями)	10 г	35.8
Итого за ЗАВТРАК		404.9 г	424.923
ЗАВТРАК № 2	Напиток Витошка(витаминизированный)	100 г	390
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	390
ОБЕД	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ на овощном бульоне	180 г	93.285
	23г. Рис отварной	100 г	142.334
	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без яиц).	60 г	177
	КИСЕЛЬ ИЗ ОБЛЕПИХИ	180 г	52.92
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50 г	51.765
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за ОБЕД		640 г	677.304
ПОЛДНИК	СУШКИ	50 г	202
	23г. Соки овощные, фруктовые и ягодные	200 г	86
Итого за ПОЛДНИК		250 г	288
УЖИН	Сельдь с луком	40 г	244
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180 г	116.232
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200 г	41
Итого за УЖИН		450 г	485.232
Итого за день		1844.9 г	2265.459

УТВЕРЖДАЮ

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

Сажина Е.Г.

МЕНЮ
Ясли
30.10.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	20 г	52.4
	КАКАО С МОЛОКОМ	180 г	96.3
	КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	150 г	151.2
	Масло сливочное (порциями)	4 г	26.436
	Сыр полутвердый (порциями)	5 г	17.9
Итого за ЗАВТРАК		359 г	344.236
ЗАВТРАК № 2	Напиток Витошка(витаминизированный)	100 г	390
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	390
ОБЕД	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150 г	77.738
	КИСЕЛЬ ИЗ ОБЛЕПИХИ	150 г	44.1
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30 г	31.059
	Суфле из птицы с рисом	150 г	246
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10 г	28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40 г	83.2
Итого за ОБЕД		530 г	510.097
ПОЛДНИК	23г. Ватрушка творожная	30 г	122.88
	23г. Соки овощные, фруктовые и ягодные	170 г	73.1
Итого за ПОЛДНИК		200 г	195.98
УЖИН	23. Тефтели рыбные (горбуша)	50 г	106.875
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130 г	83.946
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200 г	41
Итого за УЖИН		400 г	287.821
Итого за день		1589 г	1728.134

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий(ая) МАДОУ д/с№35 "Непоседы"
 Сажина Е.Г.

МЕНЮ
 Дети свыше 3 лет
 30.10.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	29,9 г	78.338
	КАКАО С МОЛОКОМ	180 г	96.3
	КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	180 г	181.44
	Масло сливочное (порциями)	5 г	33.045
	Сыр полутвердый (порциями)	10 г	35.8
Итого за ЗАВТРАК		404.9 г	424.923
ЗАВТРАК № 2	Напиток Витошка(витаминизированный)	100 г	390
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	390
О Б Е Д	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180 г	93.285
	КИСЕЛЬ ИЗ ОБЛЕПИХИ	180 г	52.92
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50 г	51.765
	Суфле из птицы с рисом	180 г	295.2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за О Б Е Д		660 г	653.17
ПОЛДНИК	23г. Ватрушка творожная	50 г	204.8
	23г. Соки овощные, фруктовые и ягодные	200 г	86
Итого за ПОЛДНИК		250 г	290.8
У Ж И Н	Сельдь с луком	40 г	244
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180 г	116.232
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200 г	41
Итого за У Ж И Н		450 г	485.232
Итого за день		1864.9 г	2244.125

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий(ая)

МАДОУ д/с№35 "Непоседы"

Сажина Е.Г.

МЕНЮ

Аллергики,ясли(каши,напитки на молоке,молоко,йогурт,сл.масло).
30.10.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	20 г	52.4
	23г. Яйцо вареное	1 шт	63
	Каша вязкая овсяная на воде с растительным маслом и курагой .	150 г	195.358
	ЧАЙ С САХАРОМ	180 г	37.4
Итого за ЗАВТРАК		350 г, 1 шт	348.158
ЗАВТРАК № 2	БАНАНЫ	100 г	93
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	93
ОБЕД	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ - аллергики б.м.	150 г	77.738
	23г. ал.б/м Птица отварная	50 г	122.858
	23г. ал.б/м. Рис отварной с маслом растительным .	80 г	118.667
	КИСЕЛЬ ИЗ ОБЛЕПИХИ	150 г	44.1
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30 г	31.059
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10 г	28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40 г	83.2
Итого за ОБЕД		510 г	505.622
ПОЛДНИК	23г. Ватрушка творожная	30 г	122.88
	23г. Соки овощные, фруктовые и ягодные	170 г	73.1
Итого за ПОЛДНИК		200 г	195.98
УЖИН	23г. ал.б/м. Картофель отварной с маслом растительным .	150 г	160.6
	23г. ал.б/м. Рыба припущенная-горбуша	50 г	40
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ЧАЙ С САХАРОМ	200 г	41.556
Итого за УЖИН		420 г	298.156
Итого за день		1580 г, 1 шт	1440.916

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий(ая) МАДОУ д/с№35 "Непоседы"
Сажина Е.Г.

МЕНЮ
Аллергики(молочные продукты,сад).
30.10.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	29,9 г	78.338
	23г. Яйцо вареное	1 шт	63
	Каша вязкая овсяная на воде с растительным маслом и курагой .	180 г	234.429
	ЧАЙ С САХАРОМ	180 г	37.4
Итого за ЗАВТРАК		389.9 г, 1 шт	413.167
ЗАВТРАК № 2	БАНАНЫ	100 г	93
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	93
ОБЕД	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ - аллергики б.м.	180 г	93.285
	23г. ал.б/м Птица отварная	60 г	147.429
	23г. ал.б/м. Рис отварной с маслом растительным .	100 г	148.334
	КИСЕЛЬ ИЗ ОБЛЕПИХИ	180 г	52.92
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50 г	51.765
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за ОБЕД		640 г	653.733
ПОЛДНИК	СУШКИ	50 г	202
	23г. Соки овощные, фруктовые и ягодные	200 г	86
Итого за ПОЛДНИК		250 г	288
УЖИН	Сельдь с луком	40 г	244
	23г. ал.б/м. Картофель отварной с маслом растительным .	180 г	192.72
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200 г	41
Итого за УЖИН		450 г	561.72
Итого за день		1829.9 г, 1 шт	2009.62

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий(ая)

МАДОУ д/с №35 "Непоседы"

Сажина Е.Г.

МЕНЮАллергики(молочные продукты, красная рыба, клюква).
30.10.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	29,9 г	78.338
	23г. Яйцо вареное	1 шт	63
	Каша вязкая овсяная на воде с растительным маслом и курагой .	180 г	234.429
	ЧАЙ С САХАРОМ	180 г	37.4
Итого за ЗАВТРАК		389.9 г, 1 шт	413.167
ЗАВТРАК № 2	Напиток Витошка(витаминизированный)	100 г	390
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	390
ОБЕД	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ - аллергики б.м.	180 г	93.285
	23г. ал.б/м Птица отварная	60 г	147.429
	23г. ал.б/м. Рис отварной с маслом растительным .	100 г	148.334
	КИСЕЛЬ ИЗ ОБЛЕПИХИ	180 г	52.92
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50 г	51.765
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за ОБЕД		640 г	653.733
ПОЛДНИК	СУШКИ	50 г	202
	23г. Соки овощные, фруктовые и ягодные	200 г	86
Итого за ПОЛДНИК		250 г	288
УЖИН	Сельдь с луком	40 г	244
	23г. ал.б/м. Картофель отварной с маслом растительным .	180 г	192.72
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200 г	41
Итого за УЖИН		450 г	561.72
Итого за день		1829.9 г, 1 шт	2306.62

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий(ая) МАДОУ д/с№35 "Непоседы"
 Сажина Е.Г.

МЕНЮ
 Аллергики(Молочные прод. Сок, кондит. изделия.)
 30.10.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	29,9 г	78.338
	23г. Яйцо вареное	1 шт	63
	Каша вязкая овсяная на воде с растительным маслом и курагой .	180 г	234.429
	ЧАЙ С САХАРОМ	180 г	37.4
Итого за ЗАВТРАК		389.9 г, 1 шт	413.167
ЗАВТРАК № 2	БАНАНЫ	100 г	93
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	93
ОБЕД	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ - аллергики б.м.	180 г	93.285
	23г. ал.б/м Птица отварная	60 г	147.429
	23г. ал.б/м. Рис отварной с маслом растительным .	100 г	148.334
	КИСЕЛЬ ИЗ ОБЛЕПИХИ	180 г	52.92
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	40 г	41.412
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за ОБЕД		630 г	643.38
ПОЛДНИК	23г. Хлебцы (без глютен).	50 гр	360
	КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ	200 г	28.8
Итого за ПОЛДНИК		50 гр, 200 г	388.8
УЖИН	Сельдь с луком	40 г	244
	23г. ал.б/м. Картофель отварной с маслом растительным .	180 г	192.72
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200 г	41
Итого за УЖИН		450 г	561.72
Итого за день		1769.9 г, 1 шт, 50 гр	2100.067