

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий(ая)

Сажина Е.Г.

МАДОУ д/с № 35 "Непоседы"

Для документов

Сажина

МЕНЮ

аллергии (косточковые)

29.07.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180 г	216.764
	БАТОН	33,1 г	86.722
	Масло сливочное (порциями)	5 г	33.045
	Сыр полутвердый (порциями)	10 г	35.8
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180 г	80.1
Итого за ЗАВТРАК		408.1 г	452.431
ЗАВТРАК № 2	БАНАНЫ	100 г	93
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	93
ОБЕД	23г. Гуляш из говядины	70 г	142.917
	23г. Каша перловая рассыпчатая	100 г	136.8
	23г. СВЕКОЛЬНИК (со сметаной).	180 г	79.47
	КОМПОТ ИЗ СВ\МОРОЖ.КЛЮКВЫ	180 г	31.5
	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40 г	135.367
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за ОБЕД		640 г	686.054
ПОЛДНИК	23г. Ватрушка творожная	50 г	204.8
	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200 г	53.6
Итого за ПОЛДНИК		250 г	258.4
УЖИН	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (ГОРБУША)	100 г	121.875
	23г. Рис отварной	120 г	170.8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С САХАРОМ	200 г	41.556
Итого за УЖИН		450 г	418.231
Итого за день		1848.1 г	1908.116

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

МДООУ д/с № 35 "Непоседы"

Сажина Е.Г.

МЕНЮ

Ясли

29.07.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150 г	180.637
	БАТОН	25 г	65.5
	Масло сливочное (порциями)	4 г	26.436
	Сыр полутвердый (порциями)	5 г	17.9
	ЧАЙ С МОЛОКОМ (ЯСЛИ)	170 г	48.972
Итого за ЗАВТРАК		354 г	339.445
ЗАВТРАК № 2	ЯБЛОКИ	120 г	55.2
Итого за ЗАВТРАК № 2		120 г	55.2
ОБЕД	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150 г	61.717
	23г. Гуляш из говядины	40 г	81.667
	23г. Каша перловая рассыпчатая	80 г	109.44
	МОРКОВЬ ТУШЁНАЯ	30 г	21.6
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ	150 г	366
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10 г	28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40 г	83.2
Итого за ОБЕД		500 г	751.624
ПОЛДНИК	23г. Ватрушка творожная	41 г	167.936
	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	160 г	42.88
Итого за ПОЛДНИК		201 г	210.816
УЖИН	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (ГОРБУША)	80 г	97.5
	23г. Рис отварной	100 г	142.334
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200 г	41
Итого за УЖИН		400 г	336.834
Итого за день		1575 г	1693.919



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий(ая)

МАДОУ д/с № 35 "Непоседы"

Сажина Е.Г.

МЕНЮ

Аллергики(картофель. крахмал. молоко. сок) 4 гр.
29.07.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	33,1 г	86.722
	23г. ал.б/м. Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом .	180 г	241.92
	БАНАНЫ	50 г	46.5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200 г	41.556
Итого за ЗАВТРАК		463.1 г	416.698
ЗАВТРАК № 2	ЯБЛОКИ	100 г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	46
ОБЕД	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180 г	74.06
	23г. ал.б/м. Гуляш из говядины	70 г	142.917
	23г. ал.б/м. Каша перловая рассыпчатая с маслом растительным (3-7 лет и 7-11 лет)	100 г	143.4
	23г. ал.картофель Свекольник (б.мол).	180 г	79.47
	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40 г	135.367
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за ОБЕД		640 г	735.214
ПОЛДНИК	КОМПОТ ИЗ СВ\МОРОЖ. ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200 г	46
	СУШКИ	50 г	202
Итого за ПОЛДНИК		250 г	248
УЖИН	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (ГОРБУША)	100 г	121.875
	23г. ал.б/м. Рис отварной с маслом растительным .	120 г	178
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200 г	41
Итого за УЖИН		450 г	424.875
Итого за день		1903.1 г	1870.787



УТВЕРЖДАЮ

МАДОУ д/с № 35 "Непоседы"

Сажина Е.Г.

МЕНЮ

Аллергики(молочные продукты).
29.07.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	БАТОН	33,1 г	86.722
	23г. ал.б/м. Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом .	180 г	241.92
	БАНАНЫ	50 г	46.5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200 г	41.556
Итого за ЗАВТРАК		463.1 г	416.698
ЗАВТРАК№2	23г. Фрукты свежие (Яблоки)	100 г	47
Итого за ЗАВТРАК№2		100 г	47
ОБЕД	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180 г	74.06
	23г. ал.б/м. Гуляш из говядины	70 г	142.917
	23г. ал.б/м. Каша перловая рассыпчатая	100 г	136.8
	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40 г	135.367
	СВЕКОЛЬНИК БЕЗ СМЕТАНЫ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ - Аллергик	180 г	439.2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за ОБЕД		640 г	1088.344
ПОЛДНИК	СУШКИ	50 г	202
	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180 г	48.24
Итого за ПОЛДНИК		230 г	250.24
УЖИН	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (ГОРБУША)	100 г	121.875
	23г. ал.б/м. Рис отварной с маслом растительным .	120 г	178
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200 г	41
Итого за УЖИН		450 г	424.875
Итого за день		1883.1 г	2227.157



УТВЕРЖДАЮ

МАДОУ д/с № 35 "Непоседы"

Сажина Е.Г.

МЕНЮ
Дети свыше 3 лет (М)
29.07.2026

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180 г	216.764
	БАТОН	33,1 г	86.722
	Масло сливочное (порциями)	5 г	33.045
	Сыр полутвердый (порциями)	10 г	35.8
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180 г	80.1
Итого за ЗАВТРАК		408.1 г	452.431
ЗАВТРАК № 2	ЯБЛОКИ	100 г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	46
О Б Е Д	23г. Гуляш из говядины	70 г	142.917
	23г. Каша перловая рассыпчатая	100 г	136.8
	23г. СВЕКОЛЬНИК (со сметаной).	180 г	79.47
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180 г	60.24
	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40 г	135.367
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20 г	56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50 г	104
Итого за О Б Е Д		640 г	714.794
ПОЛДНИК	23г. Ватрушка творожная	50 г	204.8
	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200 г	53.6
Итого за ПОЛДНИК		250 г	258.4
У Ж И Н	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (ГОРБУША)	100 г	121.875
	23г. Рис отварной	120 г	170.8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30 г	84
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200 г	41
Итого за У Ж И Н		450 г	417.675
Итого за день		1848.1 г	1889.3

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)