



Ежедневное меню основного питания

I неделя, ПОНЕДЕЛЬНИК «16» 01 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд 1,5-3лет/ 3-7лет	Энергетическая ценность (ккал)
День 1 Завтрак	Каша манная молочная жидкая.	130/150 150/200	215,4 215,4
	Бутерброд с маслом.	25/5 35/5	91,33 114,66
	Чай с лимоном .	150/180 180/200	61 61
II-завтрак	Фрукты свежие.	95 100	44,76 47
Обед	Салат из свежих помидор с луком (лето) Винегрет (зима)	30/40 50/60	34,36 51,54
	Щи из свежей капусты с картофелем .	130/150 150/200	66,4 66,4
	Каша гречневая рассыпчатая.	110/120 130/150	68,7 168,7
	Гуляш из говядины.	50/60 70/80	297 297
	Компот из смеси сухофруктов.	150/180 180/200	110 110
	Хлеб пшеничный.	60 80	44,33 52,96
Полдник	Булочка ванильная.	50 80	198 198
	Чай с сахаром.	150/180 180/200	60 60
Итого за 1 день			1290,28 1442,66



Ежедневное меню основного питания

I неделя, ВТОРНИК «27» 01 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд 1,5-3лет/ 3-7лет	Энергетическая ценность (ккал)
День 2	Каша рисовая молочная жидкая.	130/150 150/200	229,4 295,26
Завтрак	Бутерброд с повидлом.	25/5 35/5	127,63 170,17
	Чай с сахаром.	150/180 180/200	60 60
II-завтрак	Фрукты свежие.	95 100	44,76 47
Обед	Салат из свежих огурцов (лето); Салат из свеклы с зеленым горошком. (зима)	30/40 50/60	47,46 56,34
	Суп – лапша с курицей.	130/150 150/200	81,80 102,25
	Рагу из овощей с мясом птицы.	110/120 130/150	228 196
	Кисель фруктовый.	150/180 180/200	122,0 122,0
	Хлеб пшеничный.	60 80	44,33 52,96
Полдник	Булочка домашняя.	50 80	233 233
	Йогурт.	150/180 180/200	174 174
Итого за 1 день			1392,38 1508,98

УТВЕРЖДАЮ
 Старший воспитатель
 и.о.заведующей МКДОУ
 «Савинский детский сад №1»
 В.Ф. Амелина



Ежедневное меню основного питания

I неделя, СРЕДА «28» 01 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд 1,5-3лет/ 3-7лет	Энергетическая ценность (ккал)
День 3	Каша овсяная из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая.	130/150 150/200	228,4 228,4
Завтрак	Бутерброды с сыром.	25/5 35/5	153 153
	Чай с молоком.	150/180 180/200	77,00 89,00
II-завтрак	Фрукты свежие.	95 100	44,76 47
	Огурец соленый		
	Суп картофельный с бобовыми.	130/150 150/200	100,515 100,515
	Плов из отварной говядины.	110/120 130/150	316 339
	Компот из смеси сухофруктов.	150/180 180/200	110 110
	Хлеб пшеничный.	60 80	44,33 52,96
Полдник	Пирог с повидлом.	50 80	199,344
	Чай с сахаром.	150/180 180/200	60 60
Итого за 1 день			1333,349 1379,219

УТВЕРЖДАЮ
 Старший воспитатель
 и.о. заведующей МКДОУ
 «Савинский детский сад №1»
 В.Ф. Амелина



Ежедневное меню основного питания

I неделя, ЧЕТВЕРГ «29» 01 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд 1,5-3лет/ 3-7лет	Энергетическая ценность (ккал)
День 4	Каша «Дружба».	130/150 150/200	678,6 678,6
Завтрак	Бутерброд с маслом.	25/5 35/5	91,33 114,66
	Кофейный напиток с молоком.	150/180 180/200	79 79
	Сок фруктовый .	100/20	42,67
Обед	Салат из свежих помидор и огурцов (лето)	30/40 50/60	46,374 54,906
	Салат винегрет (зима)		
	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	130/150 150/200	75,4 75,4
	Макаронные изделия отварные.	110/120 130/150	112 168
	Рыба тушеная в томате с овощами.	50/60 70/80	83,506 83,506
	Кисель фруктовый.	150/180 180/200	122,0 122,0
	Хлеб пшеничный.	60 80	44,33 52,96
Полдник	Блины с повидлом.	150 200	147,376
	Чай с сахаром.	150/180 180/200	60 60
Итого за 1 день			1582,586 1679,078

УТВЕРЖДАЮ
 Старший воспитатель
 и.о. заведующей МКДОУ
 «Савинский детский сад №1»
 МКДОУ В.Ф. Амелина

Ежедневное меню основного питания

I неделя, ПЯТНИЦА «30» 01 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд 1,5-3лет/ 3-7лет	Энергетическая ценность (ккал)
День 5	Каша пшеничная молочная жидкая.	130/150 150/200	283,6 283,6
Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром.	20/5/4 20/5/6	92,059 92,059
	Какао с молоком.	150/180 180/200	144 144
	Фрукты свежие.	95 100	44,76 47
П-завтрак	Фрукты свежие.	95 100	44,76 47
Обед	Суп с макаронными изделиями и картофелем.	130/150 150/200	87,6 87,6
	Капуста тушеная.	110/120 130/150	46,63 46,63
	Гёфтели мясные.	50/60 70/80	171,00 223,00
	Компот из смеси сухофруктов.	150/180 180/200	110 110
	Хлеб пшеничный.	60 80	44,33 52,96
	Пирог с повидлом.	50 80	13,75 22,0
Полдник	Чай с сахаром.	150/180 180/200	60 60
	Итого за 1 день		1260,19 1250,609

УТВЕРЖДАЮ
 Старший воспитатель
 и.о. заведующей МКДОУ
 «Савинский детский сад №1»
 В.Ф. Амелина



Ежедневное меню основного питания

II неделя, ПОНЕДЕЛЬНИК «2» 02 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд 1,5-3лет/ 3-7лет	Энергетическая ценность (ккал)
День 6	Каша манная молочная жидкая.	130/150 150/200	215,4 215,4
Завтрак	Бутерброд с маслом.	25/5 35/5	91,33 114,66
	Какао с молоком.	150/180 180/200	144 144
II-завтрак	Фрукты свежие.	95 100	44,76 47
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов (лето)	30/40 50/60	38,389 74,2
	Салат витаминный (зима)		
	Суп фасолевый .	130/150 150/200	135,855 135,855
	Жаркое по –домашнему.	110/120 130/150	180,88 241,17
	Кисель фруктовый.	150/180 180/200	122,0 122,0
	Хлеб пшеничный.	60 80	44,33 52,96
Полдник	Запеканка из творога.	150 200	425 425
	Чай с сахаром	150/180 180/200	60 60
Итого за 1 день			1501,944 1596,434

УТВЕРЖДАЮ
Старший воспитатель
и.о.заведующей МКДОУ
«Савинский детский сад №1»
В.Ф. Амелина



Ежедневное меню основного питания

II неделя, ВТОРНИК «3» 02 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд 1,5-3лет/ 3-7лет	Энергетическая ценность (ккал)
День 7	Каша молочная кукурузная жидкая.	130/150 150/200	240,0 240,0
Завтрак	Бутерброд с маслом.	25/5 35/5	91,33 114,66
	Чай с сахаром	150/180 180/200	60 60
II-завтрак	Фрукты свежие.	95 100	44,76 47
Обед	Салат из свежих помидор с луком (лето)	30/40 50/60	8,05 12,08
	Огурец соленый (зима).		
	Борщ с капустой и картофелем.	130/150 150/200	76 76
	Макаронные изделия отварные.	110/120 130/150	112 168
	Фарш мясной с луком.	50/60 70/80	115,44 150,08
	Компот из смеси сухофруктов.	150/180 180/200	110 110
	Хлеб пшеничный.	60 80	44,33 52,96
Полдник	Пирожки печеные с картошкой.	50 80	83,0 83,0
	Йогурт	150/180 180/200	174 174
Итого за 1 день			1399,508



УТВЕРЖДАЮ
Старший воспитатель
и заведующей МКДОУ
«Савинский детский сад №1»
В.Ф. Амелина



Ежедневное меню основного питания

II неделя, СРЕДА « 4 » 09 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд 1,5-3лет/ 3-7лет	Энергетиче ская ценность (ккал)
День 8	Каша молочная пшеничная жидкая.	130/150 150/200	243,0 243,0
Завтрак	Бутерброд с маслом.	25/5 35/5	91,33 114,66
	Кофейный напиток с молоком.	150/180 180/200	79 79
	Фрукты свежие.	95 100	44,76 47
Обед	Салат из свежих помидор и огурцов(лето); Салат из белокочанной капусты (зима)	30/40 50/60	74,2 51,96
	Суп рисовый с мясом.	130/150 150/200	127,721 127,721
	Картофельное пюре.	110/120 130/150	127,721 127,721
	Котлеты или биточки рыбные в томатном соусе.	50/60 70/80	171,00 223,00
	Кисель фруктовый.	150/180 180/200	122,0 122,0
	Хлеб пшеничный.	60 80	44,33 52,96
	Ватрушка с творожным сладким фаршем.	50 80	118 118
Полдник	Чай с сахаром.	150/180 180/200	60 60
Итого за 1 день			1301,52 1306,98



Ежедневное меню основного питания

II неделя, ЧЕТВЕРГ «5» 02 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд 1,5-3лет/ 3-7лет	Энергетическая ценность (ккал)
День 9	Каша ячневая вязкая с маслом.	130/150 150/200	153 204
Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром.	20/5/4 20/5/6	92,059 92,059
	Какао с молоком.	150/180 180/200	144 144
II-завтрак	Сок фруктовый .	100 100	42,67 42,67
	Салат из свежих помидор и огурцов(лето); Салат из свеклы с зеленым горошком (зима)	30/40 50/60	74,2 51,54
Обед	Суп «крестьянский».	130/150 150/200	84,35 140,58
	Плов из отварной птицы.	110/120 130/150	359 359
	Компот из смеси сухофруктов.	150/180 180/200	110 110
	Хлеб пшеничный.	60 80	44,33 52,96
	Макаронные изделия отварные.	110/120 130/150	112 168
Полдник	Чай с сахаром	150/180 180/200	60 60
	Печенье.	12 20	290,2 290,2
Итого за 1 день			1629,23 1636,25



Ежедневное меню основного питания

II неделя, ПЯТНИЦА « 6 » 02 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд 1,5-3лет/ 3-7лет	Энергетическая ценность (ккал)
День 10	Суп молочный с макаронными изделиями.	130/150 150/200	178,92 178,92
Завтрак	Бутерброд с маслом.	25/5 35/5	91,33 114,66
	Кофейный напиток с молоком.	150/180 180/200	79 79
II-завтрак	Фрукты свежие.	95 100	44,76 47
Обед	Салат из свежих помидор (лето) Салат из белокачанной капусты (зима)	30/40 50/60	31,64/47,46 34,96/52,44
	Суп картофельный с клецками.	150/180 180/200	69,20 86,50
	Картофельное пюре.	110/120 130/150	127,721 127,721
	Котлета мясная ,соус томатный.	50/60 70/80	6,8 14,242
	Кисель фруктовый	150/180 180/200	122,0 122,0
	Хлеб пшеничный.	60 80	44,33 52,96
Полдник	Яйцо вареное.	1 1	63 63
	Хлеб пшеничный.	30 40	44,33 52,96
	Чай с сахаром.	150/180 180/200	60 60
	Печенье.	12 20	290,2 290,2
Итого за 1 день			1261,148