



УТВЕРЖДАЮ:

И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»

/Шестакова А. С.

Приказ от 10.01.2022г. №29

08 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 08 апреля 2025 года

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

Длительность пребывания воспитанников в саду :12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
189	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко питьевое, соль йодир.пищ., сахар,вода питьевая)	150	3,8	5,6	8,8	100,1	
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное,хлеб пшеничный)	20/5	1,5	4,7	10,3	89,8	
252	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая)	50	14,7	12,6	0,6	174,2	
324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (пшено, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль	130	3,8	4,8	23,2	150,6	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8,9	36	
397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао порошок,молоко питьевое, сахар, вода питьевая)	180	5	4,1	14,9	114,7	
Итого		355	10,3	14,4	34	455,2	
II Завтрак							
	ГРУШИ (груши)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
Итого		100	0,6	0,3	11,4	54,3	
Обед							
	ТОМАТЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ БЕЗ УКСУСА (томаты консервированные без уксуса)	40	0	0	1,2	19,5	
98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ (картофель, , морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая,крупа гречневая)	150	1,9	2,8	11,3	77,7	
278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина 1Ка.,масло подсолнечное рафинированное,лук репчатый,морковь,мука пшеничная,сметана,соль пищевая йодированная,вода питьевая)	60	9,8	9,4	5,4	146,9	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель,масло сливочное,вода питьевая)	110	2,1	2,8	17,4	103,9	
402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (смесь сухофруктов,сахар, вода питьевая)	150	0	0	5,8	23,2	
92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ(аллергики) (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая,соль йодированная)	180	1,6	4,2	12,2	92,7	
252	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая)	50	14,7	12,6	0,6	174,2	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (картофель,масло подсолнечное рафинированное,вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,8	0,4	17,9	86,1	
Итого		550	16,6	15,4	59	457,3	
Уплотненный полдник							
213	ЯЙЦО КУРИНОЕ ВАРЕНОЕ (яйца куриные)	40	5	4,6	0,3	61,9	
351	РАГУ ОВОЩНОЕ (картофель,капуста белокачанная,лук репчатый,морковь,томатная паста,масло подсолнечное рафинированное,мука пшеничная)	120	2,1	6	10,9	107,4	
435	ЙОГУРТ (йогурт)	180	5,3	2,8	7,9	83,6	
252	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая)	50	14,7	12,6	0,6	174,2	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	45	3,5	0,3	22,9	108,2	
Итого		385	15,9	13,7	42	361,1	
Всего			43,4	43,8	146,4	1327,9	

УТВЕРЖДАЮ:

И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»

Шестакова А. С.

Приказ от 10.01.2022г. №29

08 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 08 апреля 2025 года

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

Длительность пребывания воспитанников в саду :12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
189	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко питьевое , соль йодир.пищ., сахар,вода питьевая)	180	4,7	7,1	11,2	126,8	
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное,хлеб пшеничный)	30/5	2,3	5	15,4	116	
252	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергии) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь, вода питьевая)	50	14,7	12,6	0,6	174,2	
324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) (пшено, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное , соль	130	3,8	4,8	23,2	150,6	
430	ЧАИ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао порошок,молоко питьевое , сахар , вода питьевая)	200	5,6	4,7	17,8	134,5	
Итого		415	12,6	16,8	44,4	527,9	
II Завтрак							
	АПЕЛЬСИНЫ (апельсины)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
Итого		100	0,6	0,3	11,4	54,3	
Обед							
	ТОМАТЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ БЕЗ УКСУСА (томаты консервированные без уксуса)	60	0	0	1,7	29,2	
98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ (картофель , морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая,крупа гречневая)	180	2,2	3,3	13,6	93,3	
278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина 1Ка.,масло подсолнечное рафинированное,лук репчатый,морковь,мука пшеничная,сметана,соль пищевая	70	11,5	11,6	6,1	178,4	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель,масло сливочное,вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (смесь сухофруктов,сахар , вода питьевая)	180	0	0	7,8	30,9	
92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ(аллергии) (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное,	180	1,6	4,2	12,2	92,7	
252	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергии) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая)	50	14,7	12,6	0,6	174,2	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (картофель,масло подсолнечное рафинированное,вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,5	0,5	22,4	107,7	
Итого		670	19,7	19,1	72,3	740,3	
Уплотненный полдник							
213	ЯЙЦО КУРИНОЕ ВАРЕНОЕ (яйца куриные)	40	5	4,6	0,3	61,9	
351	РАГУ ОВОЩНОЕ (картофель,капуста белокочанная,лук репчатый,морковь,томатная паста,масло подсолнечное рафинированное,мука пшеничная)	150	2,6	7,6	13,6	134,2	
435	ЙОГУРТ (йогурт)	200	5,8	3	8,8	92,9	
252	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергии) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая)	50	14,7	12,6	0,6	174,2	
430	ЧАИ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	45	3,5	0,3	22,9	108,2	
Итого		435	16,9	15,5	45,6	397,2	
Всего			49,8	51,7	173,7	1719,7	



УТВЕРЖДАЮ:
И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»
Шестакова А. С.

Приказ от 10.01.2022г. №29

08 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 08 апреля 2025 года

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

Длительность пребывания воспитанников в саду :12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
189	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко питьевое , соль йодир.пищ., сахар,вода питьевая)	150	3,8	5,6	8,8	100,1	
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное,хлеб пшеничный)	20/5	1,5	4,7	10,3	89,8	
252	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергии) (говядина 1Ка., лук репчатый,морковь, вода питьевая)	50	14,7	12,6	0,6	174,2	
324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) (пшено, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное , соль	130	3,8	4,8	23,2	150,6	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8,9	36	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(аллергии) (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,3	72	
397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао порошок,молоко питьевое , сахар , вода питьевая)	180	5	4,1	14,9	114,7	
Итого		355	10,3	14,4	34	376,6	
II Завтрак							
398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник,сахар,вода питьевая)	120	0,4	0,2	11	54,7	
Итого		120	0,4	0,2	11	54,7	
Обед							
	ТОМАТЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ БЕЗ УКСУСА (томаты консервированные без уксуса)	40	0	0	1,2	19,5	
98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ (картофель, , морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая,крупа гречневая)	150	1,9	2,8	11,3	77,7	
278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина 1Ка.,масло подсолнечное рафинированное,лук репчатый,морковь,мука пшеничная,сметана,соль пищевая йодированная,вода питьевая)	60	9,8	9,4	5,4	146,9	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель,масло сливочное,вода питьевая)	110	2,1	2,8	17,4	103,9	
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,5	0,1	20,6	84,6	
92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ(аллергии) (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая,соль йодированная)	180	1,6	4,2	12,2	92,7	
ТТК	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ(аллергии) (рыба б/г горбуша,масло подсолнечное рафинированное,морковь,лук репчатый,вода питьевая)	60	7,2	4,9	2	81,4	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (картофель,масло подсолнечное рафинированное,вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,8	0,4	17,9	86,1	
Итого		580	17,1	15,5	73,8	518,7	
Уплотненный полдник							
213	ЯЙЦО КУРИНОЕ ВАРЕНОЕ (яйца куриные)	40	5	4,6	0,3	61,9	
351	РАГУ ОВОЩНОЕ (картофель,капуста белокачанная,лук репчатый,морковь,томатная паста,масло подсолнечное рафинированное,мука пшеничная)	120	2,1	6	10,9	107,4	
435	КЕФИР (кефир3,2%)	180	5,3	2,8	7,9	83,6	
	ЯБЛОКИ (яблоки)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ(аллергии) (рыба б/г горбуша,масло подсолнечное рафинированное,лук репчатый,вода	60	12,4	6,6	0,1	109,9	
	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ(аллергии) (капуста белокачанная,лук,морковь,масло растительное)	110	1,8	4	9,1	81	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	45	3,5	0,3	22,9	108,2	
Итого		485	16,5	14	53,4	415,4	
Всего			44,3	44,1	172,2	1365,4	



Приказ от 10.01.2022г. №29

08 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 08 апреля 2025 года

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

Длительность пребывания воспитанников в саду :12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
189	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко питьевое, соль йодир.пищ., сахар, вода питьевая)	180	4,7	7,1	11,2	126,8	
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный)	30/5	2,3	5	15,4	116	
252	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергии) (говядина 1Ка., лук репчатый, морковь, вода питьевая)	50	14,7	12,6	0,6	174,2	
324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) (пшено, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль)	130	3,8	4,8	23,2	150,6	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(аллергии) (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,3	72	
397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао порошок, молоко питьевое, сахар, вода питьевая)	200	5,6	4,7	17,8	134,5	
Итого		415	12,6	16,8	44,4	449,3	
II Завтрак							
398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар, вода питьевая)	150	0,5	0,2	13,8	68,4	
Итого		150	0,5	0,2	13,8	68,4	
Обед							
	ТОМАТЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ БЕЗ УКСУСА (томаты консервированные без уксуса)	60	0	0	1,7	29,2	
98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, крупа гречневая)	180	2,2	3,3	13,6	93,3	
278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина 1Ка., масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, мука пшеничная, сметана, соль пищевая)	70	11,5	11,6	6,1	178,4	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное, вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,5	0,1	20,6	84,6	
92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ(аллергии) (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное,	180	1,6	4,2	12,2	92,7	
ТТК	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ(аллергии) (рыба б/г горбуша, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук)	60	7,2	4,9	2	81,4	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (картофель, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,5	0,5	22,4	107,7	
Итого		670	20,2	19,2	85,1	701,2	
Уплотненный полдник							
213	ЯЙЦО КУРИНОЕ ВАРЕНОЕ (яйца куриные)	40	5	4,6	0,3	61,9	
351	РАГУ ОВОЩНОЕ (картофель, капуста белокачанная, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная)	150	2,6	7,6	13,6	134,2	
435	КЕФИР (кефир 3,2%)	200	5,8	3	8,8	92,9	
	ЯБЛОКИ (яблоки)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ(аллергии) (рыба б/г горбуша, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, вода)	60	12,4	6,6	0,1	109,9	
	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ(аллергии) (капуста белокачанная, лук, морковь, масло растительное)	110	1,8	4	9,1	81	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,9	0,3	25,5	120,3	
Итого		540	17,9	15,8	59,6	463,6	
Всего			51,2	52	202,9	1682,5	