



/Шестакова А. С.

Приказ от 10.01.2022г. №29

10 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 10 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	Витамин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЯЧНЕВОЙ КРУПОЙ (крупа ячневая, масло сливочное, молоко питьевое, сахар, вода питьевая)	150	5	5,1	16,4	130,5	
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	
184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (рис, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль пищевая)	130	2,4	4,3	25,8	151,2	
430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (аллергики) (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	11,5	13,9	41,6	371	
II Завтрак							
	АПЕЛ. СИНИ						

II Завтрак							
	АПЕЛЬСИНЫ (апельсины)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
Итого		100	0,6	0,3	11,4	54,3	

Обед							
22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты, грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное)	40	0,5	3,1	1,9	38,1	
34	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель, свекла, морковь, масло сливочное, лук репчатый, вода питьевая, сметана)	150/10	2,1	4,1	13,1	101,6	
ТТК	МЯСО ТУШЕНОЕ С КАПУСТОЙ (БИГУС) (говядина замор. 1 к, лук репчатый, капуста белокачанная, морковь столовая, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	170	12,9	14,7	8,1	218,1	
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,5	0,1	20,6	84,6	
ТТК	СВЕКОЛЬНИК (аллергики) (картофель, свекла, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук)	180	2,2	3,7	15,2	103,4	
ТТК	РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (аллергики) (рыба б/г горбуша, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук)	60	7,2	4,9	2	81,4	
ТТК	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (аллергики) (капуста белокачанная, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук)	130	2,7	5	8,6	92,2	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,8	0,4	17,9	86,1	
Итого		590	18,8	22,4	61,6	528,5	

Уплотненный полдник							
335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко питьевое, масло сливочное, соль пищевая йодированная)	110	2,3	3,7	15,6	105	
269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба потр. б/г горбуша, хлеб пшеничный, молоко питьевое, яйца куриные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	9,2	4,8	3,6	95,5	
430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимоны, вода питьевая, сахар)	150/5	0,1	0	8	32,8	
	ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	20	0,9	0,9	15,2	72,6	
245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (аллергики) (рыба б/г горбуша, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, вода)	60	12,4	6,6	0,1	109,9	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (картофель, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт)	30	2,3	0,2	15,3	72	
Итого		375	14,8	9,6	57,7	377,9	
Всего			45,7	46,2	172,3	1331,7	



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

Приказ от 10.01.2022г, №29

10 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 10 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							
94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЯЧНЕВОЙ КРУПОЙ (крупа ячневая,масло сливочное,молоко питьевое ,сахар,вода питьевая)	180	6,4	6,2	22,5	171,5	
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	
184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) (рис, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное , соль пищевая)	130	2,4	4,3	25,8	151,2	
430	ЧАИ 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	14,3	15,9	55,7	458	
	АПЕЛЬСИНЫ (апельсины)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
Итого		100	0,6	0,3	11,4	54,3	
Обед							
22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты грунтовые,лук репчатый,масло подсолнечное)	60	0,7	4,6	2,9	57,3	
34	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель,свекла,морковь,масло сливочное,лук репчатый,вода питьевая,сметана)	180/10	2,3	4,9	14,9	117,9	
ТТК	МЯСО ТУШЕНОЕ С КАПУСТОЙ (БИГУС) (говядина замор.1 к,лук репчатый,капуста белокачанная, морковь столовая, томатная паста, соль йодированная,масло подсолнечное рафинированное)	210	15	17	10,3	256,2	
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,5	0,1	20,6	84,6	
ТТК	СВЕКОЛЬНИК(аллергии) (картофель,свекла,морковь,масло подсолнечное рафинированное,лук репчатый,вода питьевая)	180	2,2	3,7	15,2	103,4	
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	
ТТК	КАПУСТА ТУШЕНАЯ(аллергии) (капуста белокачанная,морковь,масло подсолнечное рафинированное,лук репчатый,вода питьевая)	130	2,7	5	8,6	92,2	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,5	0,5	22,4	107,7	
Итого		690	22	27,1	71,1	705,1	
Уплотненный полдник							
335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель,молоко питьевое,масло сливочное,соль пищевая)	130	2,7	4,3	18,6	124,5	
269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба потр. б/г горбуша,хлеб пшеничный,молоко питьевое,яйца куриные,масло подсолнечное рафинированное,соль йодированная)	80	12,2	6,6	4,8	127,2	
430	ЧАИ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый,лимоны, вода питьевая, сахар)	180/5	0,1	0	10	41,3	
	ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	30	1,4	1,4	22,8	108,9	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (картофель,масло подсолнечное рафинированное,вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ(аллергии) (рыба б/г горбуша,масло подсолнечное рафинированное,лук репчатый,вода питьевая)	60	12,4	6,6	0,1	109,9	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,3	20,4	96,1	
Итого		465	19,5	12,6	76,6	498	
Всего			56,4	55,9	214,8	1715,4	

УТВЕРЖДАЮ:

И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»

Шестакова А. С.

Приказ от 10.01.2022г. №29

10 апреля 2025 года



Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 10 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							
94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЯЧНЕВОЙ КРУПОЙ (крупа ячневая,масло сливочное молоко питьевое ,сахар,вода питьевая)	180	6,4	6,2	22,5	171,5	
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	
184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) (рис, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное , соль пищевая	130	2,4	4,3	25,8	151,2	
430	ЧАЙ 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	14,3	15,9	55,7	458	
	АПЕЛЬСИНЫ (апельсины)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
	ЯБЛОКИ(аллергии) (яблоки)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
Итого		100	0,6	0,3	11,4	54,3	
Обед							
22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты грунтовые,лук репчатый,масло подсолнечное)	60	0,7	4,6	2,9	57,3	
34	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель,свекла,морковь,масло сливочное,лук репчатый,вода питьевая,сметана)	180/10	2,3	4,9	14,9	117,9	
ТТК	МЯСО ТУШЕНОЕ С КАПУСТОЙ (БИГУС) (говядина замор.1 к,лук репчатый,капуста белокочанная, морковь столовая, томатная паста, соль йодированная,масло подсолнечное рафинированное)	210	15	17	10,3	256,2	
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,5	0,1	20,6	84,6	
ТТК	СВЕКОЛЬНИК(аллергии) (картофель,свекла,морковь,масло подсолнечное рафинированное,лук репчатый,вода питьевая)	180	2,2	3,7	15,2	103,4	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	45	3,1	0,4	20,1	96,9	
Итого		685	21,6	27	68,8	716,3	
Уплотненный полдник							
335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель,молоко питьевое,масло сливочное,соль пищевая	130	2,7	4,3	18,6	124,5	
269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба потр. б/г горбуша,хлеб пшеничный,молоко питьевое,яйца куриные,масло подсолнечное рафинированное,соль йодированная)	80	12,2	6,6	4,8	127,2	
430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый,лимоны, вода питьевая, сахар)	180/5	0,1	0	10	41,3	
	КОНФЕТЫ ШОКОЛАДНЫЕ (конфеты шоколадные)	25	0,4	1,8	20,5	99,8	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (картофель,масло подсолнечное рафинированное,вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
252	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергии) (говядина 1Ка ,лук репчатый,морковь,вода питьевая)	50	14,7	12,6	0,6	174,2	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,3	72	
Итого		450	17,7	12,9	69,2	464,8	
Всего			54,2	56,1	205,1	1693,4	

УТВЕРЖДАЮ:

И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»

Шестакова А. С.

Приказ от 10.01.2022г. №29

10 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 10 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							
94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЯЧНЕВОЙ КРУПКОЙ (крупа ячневая,масло сливочное молоко питьевое ,сахар,вода питьевая)	150	5	5,1	16,4	130,5	
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	
184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) (рис, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное , соль пищевая)	130	2,4	4,3	25,8	151,2	
430	ЧАЙ 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)	180	5	4,1	14,9	114,7	
Итого		355	11,5	13,9	41,6	371	
II Завтрак							
	АПЕЛЬСИНЫ (апельсины)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
	ЯБЛОКИ(аллергии) (яблоки)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
Итого		100	0,6	0,3	11,4	54,3	
Обед							
22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты грунтовые,лук репчатый,масло подсолнечное)	40	0,5	3,1	1,9	38,1	
34	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель,свекла,морковь,масло сливочное,лук репчатый,вода питьевая,сметана)	150/10	2,1	4,1	13,1	101,6	
ТТК	МЯСО ТУШЕНОЕ С КАПУСТОЙ (БИГУС) (говядина замор.1 к,лук репчатый,капуста белокачанная, морковь столовая, томатная паста, соль йодированная,масло подсолнечное рафинированное)	170	12,9	14,7	8,1	218,1	
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,5	0,1	20,6	84,6	
ТТК	СВЕКОЛЬНИК(аллергии) (картофель,свекла,морковь,масло подсолнечное рафинированное,лук)	180	2,2	3,7	15,2	103,4	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,8	0,4	17,9	86,1	
Итого		590	18,8	22,4	61,6	528,5	
Уплотненный полдник							
335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель,молоко питьевое,масло сливочное,соль пищевая йодированная)	110	2,3	3,7	15,6	105	
269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба потр. б/г горбуша,хлеб пшеничный,молоко питьевое,яйца куриные,масло подсолнечное рафинированное,соль йодированная)	60	9,2	4,8	3,6	95,5	
430	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый,лимоны, вода питьевая, сахар)	150/5	0,1	0	8	32,8	
	КОНФЕТЫ ШОКОЛАДНЫЕ (конфеты шоколадные)	25	0,4	1,8	20,5	99,8	
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 ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,3	72	
Итого		380	14,3	10,5	63	405,1	
Всего			45,2	47,1	177,6	1358,9	