

УТВЕРЖДАЮ:

И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»

Климова Н.К.

Приказ от 10.01.2022г. №29

25 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 25 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	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ (хлопья овсяные,молоко питьевое, сахар,вода питьевая, масло сливочное)	180	7,1	8,3	23,2	195,1	
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное,хлеб пшеничный)	30/5	2,3	5	15,4	116	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергии) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая,масло подсолнечное рафинированное)	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(аллергии) (крупа гречневая,вода питьевая)	130	3,7	3,4	16,9	112,8	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (молоко,сахар,чай,вода питьевая)	200	4,9	4,2	19,9	137	
Итого		415	14,3	17,5	58,5	448	
II Завтрак							
435	ИОГУРТ (йогурт 2,5%)	150	4,4	2,3	6,6	69,7	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
Итого		150	4,4	2,3	6,6	69,7	
Обед							
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная,масло подсолнечное)	60	1	3	5,7	53,9	
84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый,масло сливочное,сметана, вода питьевая,соль йодированная)	180/10	1,5	4,8	7	81,5	
266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ (говядина 1к,рис,масло подсолнечное рафинированное,морковь,лук репчатый, соль пищевая йодированная,вода питьевая)	210	14,5	16,2	38,3	356,7	
394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки,сахар,вода питьевая)	180	0,1	0,1	11,2	47,4	
84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(аллергии) (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый,масло сливочное,вода питьевая,соль йодированная)	180	1,2	4	6,6	67,4	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	45	3,1	0,4	20,1	96,9	
Итого		685	20,2	24,5	82,3	636,4	
Уплотненный полдник							
224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог,сахар,сметана,крупа манная,яйца куриные,масло подсолнечное)	120	21,9	12,9	17,6	277,8	
	ПРЯНИКИ (пряники)	30	1,8	1,4	22,5	109,8	
400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	180	5	4,4	8,3	94,3	
	АПЕЛЬСИНЫ (апельсины)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергии) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая,масло подсолнечное рафинированное)	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ(аллергии) (капуста белокочанная,лук,морковь,масло растительное)	130	1,8	4	9,1	81	
	ЯБЛОКИ(аллергии) (яблоки)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
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)	40	3,1	0,3	20,4	96,1	
Итого		470	32,4	19,3	80,2	632,3	
Всего			71,3	63,6	227,6	1787	

УТВЕРЖДАЮ:

И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»

Климова Н.К.

Приказ от 10.01.2022г. №29

25 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 25 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 ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ (хлопья овсяные,молоко питьевое ,сахар,вода питьевая, масло сливочное)	150	5,2	6,3	16,1	141,2	
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное,хлеб пшеничный)	20/5	1,5	4,7	10,3	89,8	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая,масло подсолнечное рафинированное)	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(аллергики) (крупа гречневая,вода питьевая)	130	3,7	3,4	16,9	112,8	
430	ЧАИ С САХАРОМ(аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
394	ЧАИ С МОЛОКОМ (молоко,сахар,чай,вода питьевая)	180	4,4	3,7	16,9	118,5	
Итого		355	11,1	14,7	43,3	350	
II Завтрак							
435	СНЕЖОК (снежок2,5%)	130	3,8	2	5,7	60,4	
430	ЧАИ С САХАРОМ(аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
Итого		130	3,8	2	5,7	60,4	
Обед							
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная,масло подсолнечное)	40	0,7	1,9	3,8	36	
84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый,масло сливочное,сметана, вода питьевая,соль йодированная)	150/10	1,5	4	6,3	70,6	
266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ (говядина 1к,рис,масло подсолнечное рафинированное,морковь,лук репчатый,соль пищевая йодированная,вода питьевая)	160	12,6	13,4	29,1	287,8	
394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки,сахар,вода питьевая)	150	0,1	0,1	8,5	36,4	
84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(аллергики) (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый,масло сливочное,вода питьевая,соль йодированная)	180	1,2	4	6,6	67,4	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,8	0,4	17,9	86,1	
Итого		550	17,7	19,8	65,6	516,9	
Уплотненный полдник							
224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог,сахар,сметана,крупа манная,яйца куриные,масло подсолнечное)	100	18	10,6	14,5	229,6	
	ПРЯНИКИ (пряники)	30	1,8	1,4	22,5	109,8	
400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	150	4,3	3,7	7	78,6	
	АПЕЛЬСИНЫ (апельсины)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая,масло подсолнечное рафинированное)	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ(аллергики) (капуста белокочанная,лук,морковь,масло растительное)	130	1,8	4	9,1	81	
	ЯБЛОКИ(аллергики) (яблоки)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
430	ЧАИ С САХАРОМ(аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	3,9	0,3	25,5	120,3	
Итого		415	28,6	16,3	80,9	592,6	
Всего			61,2	52,8	195,5	1519	

УТВЕРЖДАЮ:

И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»

Климова Н.К.

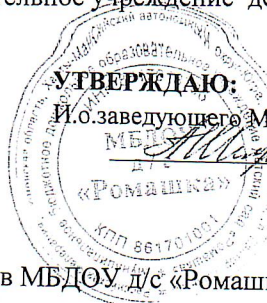
Приказ от 10.01.2022г. №29

25 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 25 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 ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ (хлопья овсяные,молоко питьевое, сахар,вода питьевая, масло сливочное)	180	7,1	8,3	23,2	195,1	
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное,хлеб пшеничный)	30/5	2,3	5	15,4	116	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергии) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая,масло подсолнечное рафинированное)	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
ТТК	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) (хлопья овсяные, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное , соль йодированная)	130	4,2	6	21	154,4	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (молоко,сахар,чай,вода питьевая)	200	4,9	4,2	19,9	137	
Итого		415	14,3	17,5	58,5	448	
II Завтрак							
435	КЕФИР (кефир3,2%)	150	4,4	2,3	6,6	69,7	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
Итого		150	4,4	2,3	6,6	69,7	
Обед							
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокачанная,масло подсолнечное)	60	1	3	5,7	53,9	
84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый,масло сливочное,сметана, вода питьевая,соль йодированная)	180/10	1,5	4,8	7	81,5	
266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ (говядина 1к,рис,масло подсолнечное рафинированное,морковь,лук репчатый,соль пищевая йодированная,вода питьевая)	210	14,5	16,2	38,3	356,7	
394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК И ЛИМОНОВ (яблоко,лимоны,сахар,вода питьевая)	180	0,2	0,1	14,3	60,4	
84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(аллергии) (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый,масло сливочное,вода питьевая,соль йодированная)	180	1,2	4	6,6	67,4	
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	
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		690	20,7	24,6	87,7	660,2	
Уплотненный полдник							
238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ (творог,крупа манная,морковь,сметана,яйцо куриное,молоко питьевое ,сахар,масло растительное)	130	14,7	9,9	17,1	219,6	
474	БУЛОЧКА "РОССИЙСКАЯ" (мука пшеничная,сахар,дрожжи,яйца куриные,масло сливочное,масло подсолнечное рафинированное,молоко питьевое)	50	4,6	5,6	28,3	181,3	
400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	180	5	4,4	8,3	94,3	
	БАНАНЫ (бананы)	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)	130	1,8	4	9,1	81	
	ПЕЧЕНЬЕ(аллергии) (печенье)	30	1,4	1,4	22,8	108,9	
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		510	28,8	20,5	90,6	669,8	
Всего			68,2	64,9	243,4	1848	



УТВЕРЖДАЮ:

И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»
Климова Н.К.

Приказ от 10.01.2022г. №29

25 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 25 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 ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ (хлопья овсяные, молоко питьевое, сахар, вода питьевая, масло сливочное)	150	5,2	6,3	16,1	141,2	
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб пшеничный)	20/5	1,5	4,7	10,3	89,8	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергии) (говядина 1Ка, лук репчатый, морковь, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
ТТК	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) (хлопья овсяные, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	130	4,2	6	21	154,4	
430	ЧАИ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
394	ЧАИ С МОЛОКОМ (молоко, сахар, чай, вода питьевая)	180	4,4	3,7	16,9	118,5	
Итого		355	11,1	14,7	43,3	350	
II Завтрак							
435	КЕФИР (кефир3,2%)	130	3,8	2	5,7	60,4	
430	ЧАИ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
Итого		130	3,8	2	5,7	60,4	
Обед							
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, масло подсолнечное)	40	0,7	1,9	3,8	36	
84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, сметана, вода питьевая, соль йодированная)	150/10	1,5	4	6,3	70,6	
266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ (говядина 1к, рис, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, соль пищевая йодированная, вода питьевая)	160	12,6	13,4	29,1	287,8	
394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК И ЛИМОНОВ (яблоки, лимоны, сахар, вода питьевая)	150	0,1	0,1	11,9	50,3	
84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(аллергии) (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода питьевая, соль йодированная)	180	1,2	4	6,6	67,4	
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	
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		550	17,7	19,8	69	530,8	
Уплотненный полдник							
238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ (творог, крупа манная, морковь, сметана, яйцо куриное, молоко питьевое, сахар, масло растительное)	100	11,3	7,7	13,3	169	
474	БУЛОЧКА "РОССИЙСКАЯ" (мука пшеничная, сахар, дрожжи, яйца куриные, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, молоко питьевое)	40	3,5	3,3	20,4	125,8	
400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	150	4,3	3,7	7	78,6	
	БАНАНЫ (бананы)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ(аллергии) (рыба б/г горбуша, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, вода питьевая)	60	12,4	6,6	0,1	109,9	
	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ(аллергии) (капуста белокочанная, лук, морковь, масло растительное)	130	1,8	4	9,1	81	
	ПЕЧЕНЬЕ(аллергии) (печенье)	30	1,4	1,4	22,8	108,9	
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)	40	3,1	0,3	20,4	96,1	
Итого		430	22,8	15,3	72,5	523,8	
Всего			55,4	51,8	190,5	1465	