

УТВЕРЖДАЮ:

И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»

Климова Н.К.

Приказ от 10.01.2022г. №29

28 мая 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 28 мая 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	Угле-воды, г		
Завтрак							
112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (изделия макаронные, молоко питьевое, сахар, вода питьевая)	180	6,6	6,5	22,5	174,6	
3	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 ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) (пшено, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное , соль пищевая йодированная)	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	
395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, молоко питьевое , сахар , вода питьевая)	200	5,2	4,2	19,1	133,6	
Итого		422	14,1	15,7	57	424,2	
II Завтрак							
435	СНЕЖОК (йогурт 2,5%)	130	3,7	3,3	6	75,7	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	150	0,1	0	5	20,1	
Итого		130	3,7	3,3	6	75,7	
Обед							
	НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ТОМАТОВ (томаты (помидоры), масло подсолнечное)	60	0,68	3,04	2,35	41,01	
91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая, огурцы консервированные, вода питьевая, соль пищевая йодированная, сметана)	180/10	2	5,7	13,4	120,1	
286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (говядина замор. 1 к., хлеб пшеничный, лук репчатый, вода питьевая, мука пшеничная, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	70	9,5	8	8,8	143,9	
ТТК	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох сухой, вода питьевая, масло сливочное, соль пищевая йодированная)	130	11,8	4	24,6	182,5	
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	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ(аллергии) (горох сухой, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль пищевая йодированная)	110	10	3,1	20,9	151,6	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8,9	36	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,5	0,5	22,4	107,7	
Итого		675	27,98	21,34	92,15	679,81	
Уплотненный полдник							
к/к	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С РЫБОЙ (яйца куриные, рыба морож. лосос. (горбуша), картофель, лук репчатый, масло подсолн., масло сливочное.)	130	9,5	6,7	23,3	198,5	
351	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар, вода питьевая)	180	0,6	0,3	16,2	80,5	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт)	40	3,1	0,3	20,4	96,1	
398	ЯБЛОКИ (яблоки)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
	ПРЯНИКИ- 78 дет. (пряники)	30	1,8	1,4	22,5	109,8	
	ЗЕФИР - 29 дет. (зефир)	30	0,2	0	23,9	97,8	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергии) (говядина 1Ка., лук репчатый, морковь, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (картофель, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
Итого		480	15,6	9	93,8	539,2	
Всего			61,38	49,34	248,95	1718,91	

УТВЕРЖДАЮ:

И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»

Климова Н.К.

Приказ от 10.01.2022г. №29

28 мая 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 28 мая 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							
112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (изделия макаронные, молоко питьевое,масло сливочное, сахар,вода питьевая)	150	5,3	5	17,4	135,1	
3	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	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
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	
395	КОФЕИНЫИ НАПИТОК (кофейный напиток,молоко питьевое, сахар, вода питьевая)	180	4,6	3,7	16	113,9	
Итого		355	11,4	13,4	43,7	338,8	
II Завтрак							
435	СНЕЖОК (йогурт 2,5%)	120	3,5	3,1	5,6	69,8	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	150	0,1	0	5	20,1	
Итого		120	3,5	3,1	5,6	69,8	
Обед							
	НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ТОМАТОВ томаты (помидоры),масло подсолнечное)	40	0,46	3	1,57	36,06	
91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь,лук репчатый,масло подсолнечное рафинированное,крупа перловая,огурцы консервированные,вода питьевая,соль пищевая йодированная,сметана)	150/10	1,7	4,8	10,9	100,8	
286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (говядина замор. 1 к,хлеб пшеничный,лук репчатый,вода питьевая,мука пшеничная,соль йодированная,масло подсолнечное рафинированное)	60	8,11	7,04	7,58	126,06	
ТТК	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох сухой,вода питьевая, масло сливочное, соль пищевая	110	10	3,1	20,9	151,6	
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, вода питьевая,соль йодированная)	180	1,6	4,2	12,2	92,7	
ТТК	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ(аллергии) (горох сухой,вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль пищевая йодированная)	110	10	3,1	20,9	151,6	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8,9	36	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,3	14,8	71,4	
Итого		585	23,07	18,34	76,35	570,52	
Уплотненный полдник							
к/к	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С РЫБОИ (яйца куриные, рыба морож. лосос.(горбуша),картофель,лук репчатый, масло подсолн.,масло сливочное.)	110	8,1	5,7	19,7	167,8	
351	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник,сахар,вода питьевая)	150	0,5	0,2	13,8	68,4	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,7	0,2	17,8	84,1	
398	ЯБЛОКИ (яблоки)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (картофель,масло подсолнечное рафинированное,вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергии) (говядина 1Ка, лук репчатый,морковь,вода питьевая,масло подсолнечное рафинированное)	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
	ПРЯНИКИ (пряники)	30	1,8	1,4	22,5	109,8	
Итого		425	13,7	7,8	85,2	484,4	
Всего			51,67	42,64	210,85	1463,52	

УТВЕРЖДАЮ:

И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»

Климова Н.К.

Приказ от 10.01.2022г. №29

28 мая 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 28 мая 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							
112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (изделия макаронные, молоко питьевое, сахар, вода питьевая)	180	6,6	6,5	22,5	174,6	
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр голландский, хлеб пшеничный)	30/12	5	4,4	15,4	121,6	
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 ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) (пшено, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль пищевая йодированная)	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	
395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, молоко питьевое, сахар, вода питьевая)	200	5,2	4,2	19,1	133,6	
Итого		422	16,8	15,1	57	429,8	
II Завтрак							
435	ЙОГУРТ (йогурт 2.5%)	150	4,4	2,3	6,6	69,7	
430	ЧАИ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	150	0,1	0	5	20,1	
Итого		150	4,4	2,3	6,6	69,7	
Обед							
	НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ТОМАТОВ (томаты (помидоры), масло подсолнечное)	60	0,68	3,04	2,35	41,01	
91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая, огурцы консервированные, вода питьевая, соль пищевая йодированная, сметана)	180/10	2	5,7	13,4	120,1	
286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (говядина замор. 1 к, хлеб пшеничный, лук репчатый, вода питьевая, мука пшеничная, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	70	9,5	8	8,8	143,9	
ТТК	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох сухой, вода питьевая, масло сливочное, соль пищевая йодированная)	130	11,8	4	24,6	182,5	
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	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ(аллергии) (горох сухой, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль пищевая йодированная)	110	10	3,1	20,9	151,6	
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 РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,5	0,5	22,4	107,7	
Итого		675	27,98	21,34	92,15	679,81	
Уплотненный полдник							
К/К	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С РЫБОЙ (яйца куриные, рыба морож. лосос. (горбуша), картофель, лук репчатый, масло подсолн., масло сливочное.)	130	9,5	6,7	23,3	198,5	
351	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар, вода питьевая)	180	0,6	0,3	16,2	80,5	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	45	3,1	0,3	20,4	96,1	
398	ЯБЛОКИ (яблоки)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
	ЗЕФИР (зефир)	30	0,2	0	23,9	97,8	
ТТК	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ(аллергии) (рыбы б/г горбуша, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное)	60	6	2,1	1,8	51,1	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (картофель, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
Итого		485	14	7,6	95,2	527,2	
Всего			63,18	46,34	250,95	1706,51	

УТВЕРЖДАЮ:

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

Приказ от 10.01.2022г. №29

28 мая 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 28 мая 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							
112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (изделия макаронные, молоко питьевое,масло сливочное, сахар,вода питьевая)	150	5,3	5	17,4	135,1	
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр голландский,хлеб пшеничный)	20/10	3,8	3,6	10,3	88,8	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергии) (говядина 1Ка, лук репчатый,морковь,вода питьевая,масло подсолнечное	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
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	
395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток,молоко питьевое, сахар, вода питьевая)	180	4,6	3,7	16	113,9	
Итого		360	13,7	12,3	43,7	337,8	
II Завтрак							
435	ИОГУРТ (йогурт 2,5%)	130	3,8	2	5,7	60,4	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	150	0,1	0	5	20,1	
Итого		130	3,8	2	5,7	60,4	
Обед							
	НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ТОМАТОВ томаты (помидоры),масло подсолнечное)	40	0,46	3	1,57	36,06	
91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь,лук репчатый,масло подсолнечное рафинированное,крупя перловая,огурцы консервированные,вода питьевая,соль пищевая йодированная,сметана)	150/10	1,7	4,8	10,9	100,8	
286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (говядина замор.1 к,хлеб пшеничный,лук репчатый,вода питьевая,мука пшеничная,соль йодированная,масло подсолнечное рафинированное)	60	8,11	7,04	7,58	126,06	
ТТК	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох сухой,вода питьевая, масло сливочное, соль пищевая	110	10	3,1	20,9	151,6	
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, вода питьевая,соль йодированная)	180	1,6	4,2	12,2	92,7	
ТТК	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ(аллергии) (горох сухой,вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль пищевая йодированная)	110	10	3,1	20,9	151,6	
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 РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,3	14,8	71,4	
Итого		585	23,07	18,34	76,35	570,52	
Уплотненный полдник							
К/К	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С РЫБОЙ (яйца куриные, рыба морож. лосос.(горбуша),картофель,лук репчатый,масло подсолн. ,масло сливочное.)	110	8,1	5,7	19,7	167,8	
351	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник,сахар,вода питьевая)	150	0,5	0,2	13,8	68,4	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,7	0,2	17,8	84,1	
398	ЯБЛОКИ (яблоки)	100	0,6	0,3	11,4	54,3	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии) (картофель,масло подсолнечное рафинированное,вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
ТТК	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ(аллергии) (рыбы б/г горбуша,лук репчатый,морковь,масло подсолнечное рафинированное)	60	6	2,1	1,8	51,1	
	ЗЕФИР (зефир)	30	0,2	0	23,9	97,8	
Итого		425	12,1	6,4	86,6	472,4	
Всего			52,67	39,04	212,35	1441,12	