



Утверждаю
и.о. заведующей
«Детский сад «Колокольчик»
О.А. Акчурина

Ежедневное меню основного питания
на «29» сентября 2025 г.
день 1-й 10-дневного меню
Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7 л	Энергетическая ценность/ ккал- 3г/3-7 л
Завтрак	Каша вязкая ячневая молочная	150/180	105,75/126,9
	Кофейный напиток с молоком	160/180	81,78/92
	Масло сливочное порционное	7/8	52,560
	Батон	30/30	78,6/78,6
2-й завтрак			
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	125/135	53,75/58,05
Обед			
	Винегрет овощной	30/50	27,48/45,8
	Суп картофельный с крупой	150/180	54,9/65,9
	Рагу овощное с мясом	160/200	99,55/124,44
	Компот из сухофруктов	150/180	98,25/117,9
	Хлеб ржаной	30/37	61,2/75,48
	Хлеб пшеничный	15/30	35,5/71
Полдник			
	Ватрушка с творогом	60/70	156,3/182,3
	Кисель	140/180	79,1/101,7
Итого			984,66/1200,07



Утверждаю
и.о. заведующей
«Колокольчик»
О.А. Акчурина

Ежедневное меню основного питания
на «30» сентября 2025 г.
день 2-й 10-дневного меню
Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7 л	Энергетическая ценность/ ккал- 3г/3-7 л
Завтрак	Каша вязкая пшениная молочная	150/180	159,75/143,77
	Какао с молоком	160/180	80/90
	Сыр порционный	7/8	25,43/29,06
	Батон	30/30	78,6/78,6
2-й завтрак	Яблоки	100	47,05
Обед	Салат из белокочанной капусты, кукурузы	30/50	37,33/62,41
	Свекольник на м/б со сметаной	150/180	81,8/98,1
	Гуляш из говядины	50/70	85,2/119,3
	Макароны отварные с маслом	110/130	173,63/205,2
	Компот из сухофруктов	150/180	98,25/117,9
	Хлеб ржаной	30/37	61,2/75,48
	Хлеб пшеничный	15/30	35,5/71
Полдник	Лапшевник твороженный	50/70	61,25/85,75
	Кофейный напиток	150/180	80,25/96,3
	Соус сметанный	15	10,2
Итого			1086,99/1330,12



Утверждаю
и.о. заведующей
МКДОУ «Детский сад «Колокольчик»
О.А. Акчурина

Ежедневное меню основного питания
на «01» октября 2025 г.
день 3-й 10-дневного меню
Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7 л	Энергетическая ценность/ ккал- 3г/3-7 л
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	150/180	144/172,8
	Чай с молоком	160/180	82,13/92,4
	Бутерброд с повидлом	30/10	97,6
2-й завтрак			
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	125/135	53,75/58,05
Обед			
	Салат из отварной свеклы с солёными огурцами	30/50	30,5/50,8
	Суп из овощей на к\б	150/180	54,6/65,5
	Суфле куриное	50/70	116,6/163,3
	Гречка	110/130	176,9/209,16
	Компот из сухофруктов	150/180	98,25/117,9
	Хлеб ржаной	30/37	61,2/75,48
	Хлеб пшеничный	15/30	35,5/71
Полдник			
	Яйцо отварное	40	63
	Икра кабачковая	20/30	15,6/23,4
	Лимонный напиток	150/180	72/86,4
	Печенье	10/15	41,7/62,55
Итого			



Утверждаю
и.о. заведующей
«Детский сад «Колокольчик»
О.А. Акчурина

Ежедневное меню основного питания
на «02» октября 2025 г.
день 4-й 10-дневного меню
Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7 л	Энергетическая ценность/ ккал- 3г/3-7 л
Завтрак	Каша вязкая рисовая молочная	150/180	144/172,8
	Кофейный напиток с молоком	160/180	81,78/92
	Сыр порционный	7/8	25,4/20,06
	Батон	30	78,6
2-й завтрак			
	Яблоко	100	47,05
Обед			
	Салат из картофеля с солеными огурцами	30/50	26/43,3
	Щи со сметаной	150/180	41,4/49,68
	Рыба запеченная с картофелем по-русски	160/200	270,83/338,54
	Компот из сухофруктов	150/180	98,25/117,9
	Хлеб ржаной	30/37	61,2/75,48
Полдник	Хлеб пшеничный	15/30	35,5/71
	Пирожок печеный с овощным фаршем	60/80	162/216
Итого	Чай с сахаром	150/180	45/54
			1116,99/1376,41

МКДОУ «Детский сад «Колокольчик»

О.А. Акчурина

МКДОУ
«Детский сад
«Колокольчик»

на «03» октября 2025 г.

день 5-й 10-дневного меню

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7 л	Энергетическая ценность/ ккал- 3г/3-7 л
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150/180	93/111,6
	Какао с молоком	160/180	80/90
	Масло сливочное порционный	7/8	52,5/60
	Батон	30	78,6
2-й завтрак			
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	125/135	53,75/58,05
Обед			
	Салат из квашеной капусты	30/50	24,9/41,5
	Суп лапша домашняя на к\б	150/180	118,9/142,67
	Плов из птицы	160/200	521,48/651,8
	Компот из сухофруктов	150/180	98,25/117,9
	Хлеб ржаной	30/37	61,2/75,48
	Хлеб пшеничный	15/30	35,5/71
Полдник			
	Сырник из творога с повидлом	70/90	200,32/257,55
	Кофейный напиток	150/180	80,25/96,3
Итого			1498,65/1852,45



Утверждаю
и.о. заведующей
«Детский сад «Колокольчик»
О.А. Акчурина

Ежедневное меню основного питания
на «06» октября 2025 г.
день 6-й 10-дневного меню
Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7 л	Энергетическая ценность/ ккал- 3г/3-7 л
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150/180	159,75/235,91
	Какао с молоком	160/180	75/90
	Сыр порционный	7/10	25,43/35,29
	Батон	30/30	78,60
2-й завтрак			
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	125/135	70/75,6
Обед	Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	30/50	31,9/53,3
	Суп крестьянский на м/б	150/180	97,83/117,39
	Жаркое по-домашнему	150/200	186,84/249,12
	Компот из сухофруктов	150/180	98,25/117,9
	Хлеб ржаной	30/37	61,26/75,48
	Хлеб пшеничный	15/30	35,05/71
Полдник	Булочка домашняя	50/70	129,58/177,7
	Кисель	150/180	84,75/101,7
Итого			1134,24/1478,99



Утверждаю
и.о. заведующей
«Детский сад «Колокольчик»»
О.А. Акчурина

Ежедневное меню основного питания
на «07» октября 2025 г.
день 7-й 10-дневного меню
Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7 л	Энергетическая ценность/ ккал- 3г/3-7 л
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	150/180	144/164,36
	Кофейный напиток с молоком	160/180	81,78/92
	Бутерброд с маслом	30-7/30-8	114,17/117,25
2-й завтрак	Фрукты	100/100	47,05
Обед	Салат из белокочанной капусты	30/50	26,25/43,3
	Рассольник на м/б со сметаной	150/180	71,05/85,26
	Гуляш из говядины	50/70	85,21/119,3
	Рис отварной	110/130	181,31/214,27
	Компот из сухофруктов	150/180	98,25/117,9
	Хлеб ржаной	30/37	61,26/75,48
	Хлеб пшеничный	15/30	35,05/71
	Запеканка из творога с морковью	50/70	117/163,8
Полдник	Чай с сахаром	150/180	45/54
Итого			1107,77/1330,21



Утверждаю
и.о. заведующей
МКДОУ «Детский сад «Колокольчик»
О.А. Акчурина

Ежедневное меню основного питания
на «08» октября 2025 г.
день 8-й 10-дневного меню
Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7 л	Энергетическая ценность/ ккал- 3г/3-7 л
Завтрак	Каша вязкая молочная «Геркулес»	150/180	140,25/168,3
	Чай с молоком	160/180	82,13/92,39
	Сыр порционный	7/8	25,4/29,06
	Батон	30/30	78,6/78,6
2-й завтрак			
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	125/135	53,75/58,05
Обед			
	Салат из квашеной капусты	30/50	24,9/41,5
	Борщ на м/б со сметаной	150/180	48,73/58,48
	Пюре картофельное	110/130	104,13/150,5
	Тефтеля	50/70	107,5/123,06
	Компот из сухофруктов	150/180	98,25/117,9
	Хлеб ржаной	30/37	61,2/75,48
	Хлеб пшеничный	15/30	35,5/71,0
Полдник			
	Омлет натуральный	50/70	62,46/87,45
	Кофейный напиток	150/180	80,25/96,3
	Печенье	10/15	41,7/62,55
Итого			1044,75/1310,62

Утверждаю
и.о. заведующей
МКДОУ «Детский сад «Колокольчик»
О.А. Акчурина



Ежедневное меню основного питания

на «09» октября 2025 г.

день 9-й 10-дневного меню

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7 л	Энергетическая ценность/ ккал- 3г/3-7 л
Завтрак	Каша вязкая молочная «Дружба»	150/180	167,37/200,8
	Кофейный напиток с молоком	160/180	81,78/92
	Бутерброд с повидлом	30,10	97,6
2-й завтрак	Яблоко	100	47
Обед	Салат из картофеля с зеленым горошком «Зимний»	30/50	28,26/47,1
	Суп картофельный с бобовыми	150/180	79,95/95,9
	Рыба тушеная в томатном соусе	50/70	41,8/58,55
	Капуста тушеная	110/130	86,9/102,7
	Компот из сухофруктов	150/180	98,25/117,9
	Хлеб ржаной	30/37	61,2/75,48
	Хлеб пшеничный	15/30	35,5/71,00
Полдник	Пирожок печеный с овощным фаршем	50/70	135/189
	Лимонный напиток	150/180	72/86,4
Итого			1032,61/1281,43



Утверждаю
и.о. заведующей
О.А. Акчурина

Ежедневное меню основного питания
на «10» октября 2025 г.
день 10-й 10-дневного меню
Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7 л	Энергетическая ценность/ ккал- 3г/3-7 л
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	150/180	166,8/200,14
	Чай с сахаром	160/180	48/54
	Сыр порционный	7/8	25,4/29,07
	Батон	30/30	78,6/78,6
2-й завтрак			
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	125/135	53,75/58,05
Обед			
	Овощи натуральные солёные	30/50	4,2/7
	Суп с клёцками на к\б	150/180	99,7/119,66
	Макаронные изделия отварные с маслом	110/130	173,6/205,2
	Куриная подлива	50/70	108,3/151,6
	Компот из сухофруктов	150/180	98,25/117,9
	Хлеб ржаной	30/37	61,2/75,48
	Хлеб пшеничный	15/30	35,5/71,00
Полдник			
	Пудинг из творога с рисом	50/70	112/156,8
	Какао с молоком	150/180	75/90
Итого			1140,3/1414,5

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075052

Владелец Акчурина Ольга Александровна

Действителен с 01.04.2025 по 01.04.2026