УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МДОУ «Оршанский детский сад «Родничок»
_____ Е.В. Ефремова

Ежедневное меню основного питания

На 23 ноября 2026 г

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Наименование блюда	масса блюда	ккал
Завтрак		
Каша пшеничная	**150/170**	155,8/176,6
Чай с сахаром	**150/180**	19,6/23,5
Бутерброд с маслом	**30/5/20**	156,0/156,0
	355/405	***331,4/356,1***
Второй завтрак		
Йогурт	**140/150**	82,6/88,5
	140/150	***82,6/88,5***
Обед		
Суп лапша домашняя	**150/180**	101,6/121,9
Курица отварная	**50/70**	77,4/108,4
Рис отварной	**110/130**	149,2/176,3
Свекла отварная	**30/50**	12,6/21,0
Компот из с/фруктовый	**150/180**	84,7/101,7
Хлеб ржаной	**40/50**	69,6/87,0
	530/640	***482,5/637,9***
Полдник		
Овощное пюре с маслом	**130/150**	107,4/124,0
Чай с сахаром	**150/180**	28,0/33,6
Хлеб пшеничный	**30/40**	70,5/94,0
	310/370	***205,9/251,6***
Итого		***1151,9/1379,4***

Калькулятор: _____(Н.В. Васенева)

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МДОУ «Оршанский детский сад «Родничок»
_____Е.В. Ефремова

Ежедневное меню основного питания

На 24 ноября 2026г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Наименование блюда	масса блюда	ккал
Завтрак		
Каша манная с повидлом	**150/180**	129,0/154,8
Кофейный напиток	**150/180**	58,9/77,4
Бутерброд с маслом	**25/5** **30/5**	102,0/119,0
	345/400	*289,9/351,2*
Второй завтрак		
Кисель фруктовый	**150/180**	92,7/111,2
	150/180	***92,7/111,2***
Обед		
Борщ на к/б, со сметаной	**150/180**	82,8/99,3
Гуляш мясной	**50/70**	116,0/162,4
Макаронные изделия отварные с маслом	**110/150**	144,3/196,8
Компот из кураги и изюма	**150/180**	84,7/101,7
Хлеб ржаной	**40/50**	69,6/87,0
	530/680	***513,1/673,3***
Полдник		
Каша гороховая с маслом	**150/180**	156/187,2
Чай с сахаром	**150/180**	19,6/23,5
	300/360	***277,2/320,8***
Итого		***1124,2/1389,3***

Калькулятор: _____(Н.В. Васенева)

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МДОУ «Оршанский детский сад «Родничок»
_____ Е.В. Ефремова

Ежедневное меню основного питания

На 25 ноября 2026г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Наименование блюда	масса блюда	ккал
Завтрак		
Каша «Дружба»	**150/170**	126,7/143,6
Чай с сахаром	**150/180**	77,0/92,4
Бутерброд с маслом	**30/5/20**	156,0/156,0
	355/405	***359,/392,0***
Второй завтрак		
Снежок	**140/150**	82,6/88,5
	140/150	*82,6/88,5*
Обед		
Суп крестьянский с крупой	**150/180**	87,6/105,2
Тефтели мясные	**50/80**	97,5/156,1
Картофельное пюре	**110/150**	102,2/139,4
Компот из ч/слива и изюма	**150/180**	84,7/101,7
Хлеб ржаной	**40/50**	69,6/87,0
	530/690	***465,6/629,4***
Полдник		
Суп молочный с макаронными изделиями	**150/180**	99,25/119,1
Чай с сахаром	**150/180**	28,0/33,6
Хлеб пшеничный	**30/40**	70,5/94/0
	330/400	197,75/246,7
Итого		***1105,65/1360,6***

Калькулятор: _____(Н.В. Васенева)

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МДОУ «Оршанский детский сад «Родничок»
_____Е.В. Ефремова

Ежедневное меню основного питания

На 26 ноября 2026 г

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Наименование блюда	масса блюда	ккал
Завтрак		
Каша геркулесовая	**150/170**	140,2/158,9
Чай с сахаром	**150/180**	58,9/77,4
Бутерброд с маслом	**30/5/10**	139,0/185,3
	345/400	***338,1/390,3***
Второй завтрак		
Сок фруктовый	**150/180**	63,3/76,0
	150/180	***63,3/76,0***
Обед		
Щи из св. капусты на к/б, со сметаной	**150/180**	69,1/82,9
Рыбные котлеты, паровые	**50/80**	57,2/91,5
Каша гречневая рассыпчатая	**110/150**	171,4/233,7
Компот из с/фруктов	**150/180**	84,7/101,7
Хлеб ржаной	**40/50**	69,6/87,0
	530/690	***468,6/624,3***
Полдник		
Пряники	**50/50**	183,0/183,0
Напиток из шиповника	**150/180**	19,6/23,5
	200/230	***202,6/206,5***
Итого		***1090,9/1318,8***

Калькулятор: _____(Н.В. Васенева)

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МДОУ «Оршанский детский сад «Родничок»
_____ Е.В. Ефремова

Ежедневное меню основного питания

На 27 ноября 2026 г

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Наименование блюда	масса блюда	ккал
Завтрак		
Каша рисовая	**150/180**	129,0/154,8
Кофейный напиток	**160/180**	74,6/84,0
Бутерброд с маслом	**25/5** **30/5**	102,0/119,0
	340/395	***305,6/357,8***
Второй завтрак		
Напиток из плодов шиповника	**150/180**	61,0/73,2
	150/180	**61,0/73,2**
Обед		
Рассольник Ленинградский, со сметаной	**150/180**	116,1/139,3
Жаркое по-домашнему	**130/150**	149,5/172,5
Компот из с/фруктов	**150/180**	84,7/101,7
Хлеб ржаной	**40/50**	69,6/87,0
	500/610	***436,4/528,0***
Полдник		
Плюшка домашняя	**50/70**	197,0/275,8
Чай с сахаром	**150/180**	19,6/24,8
	200/250	***216,6/300,6***
Итого		***1139,9/1407/8***

Калькулятор: _____(Н.В. Васенева)