

# МЕНЮ (1-3 года) на вторник

на 12 мая 2026 года

Муниципальное бюджетное  
дошкольное образовательное  
учреждение «Детский сад №  
19 «Василек»

# МЕНЮ (3-7) лет на вторник

на 12 мая 2026 года

День 1	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность	
завтрак	Каша жидкая ячневая на сгущенном молоке	150/3	165,5	
	Бутерброд с маслом	30/3	93,49	
	Чай с сахаром	170	31,73	
2-ой завтрак	Сок в ассортименте	160	68,24	
обед	Икра морковная	30	28,11	
	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	160	88,6	
	Тефтели со сметанно-томатным соусом	60	91,34	
	Макаронные изделия отварные	120	124	
	Напиток из шиповника	150	66,68	
	Хлеб пшеничный	30	71,1	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	57,04	
	полдник	Пудинг из творога с яблоками	80	174,40
		Соус фруктовый	15	8,65
		Чай с лимоном	150	29
Пищевая ценность	<i>Белки</i>		<b>35,0</b>	
	<i>Жиры</i>		<b>28,3</b>	
	<i>Углеводы</i>		<b>166,0</b>	
	<i>Калорийность</i>		<b>1097,9</b>	

День 1	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность	
завтрак	Каша жидкая ячневая на сгущенном молоке	170/4	187,56	
	Бутерброд с маслом	35/5	120,29	
	Чай с сахаром	200	37,3	
2-ой завтрак	Сок в ассортименте	180	99	
обед	Икра морковная	50	46,85	
	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	200	113,47	
	Тефтели с сметанно-томатным соусом	80	114,8	
	Макаронные изделия отварные	130	134,4	
	Напиток из шиповника	180	80,02	
	Хлеб пшеничный	30	71,1	
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	71,3	
	полдник	Пудинг из творога с яблоками	100	213,47
		Соус фруктовый	10	5,76
		Чай с лимоном	180	34,8
Пищевая ценность	<i>Белки</i>		<b>42,12</b>	
	<i>Жиры</i>		<b>36,85</b>	
	<i>Углеводы</i>		<b>196,82</b>	
	<i>Калорийность</i>		<b>1330,12</b>	

## МЕНЮ (1-3 года) на среду

на 13 мая 2026 года

Муниципальное бюджетное  
дошкольное образовательное  
учреждение «Детский сад №  
19 «Василек»

## МЕНЮ (3-7) лет на среду

на 13 мая 2026 года

День 3	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность
завтрак	Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150	150,27
	Бутерброд с сыром	30/10	80,14
	Чай с молоком и сахаром	160	47,25
2-ой завтрак	Печенье сахарное	10	41,70
	Молоко кипяченое	110	57,61
обед	Огурец соленый	30	4,2
	Бульон из кур с гренками	170	69,53
	Котлеты рубленые из птицы	60	156
	Рагу из овощей	120	145,2
	Компот из апельсинов	150	64,77
	Хлеб ржано-пшеничный	35	66,55
	Омлет натуральный с маслом	120	188,4
	Чай с лимоном	150	29
Пищевая ценность	Белки		41,8
	Жиры		46,4
	Углеводы		129,2
	Калорийность		1100,6

День 3	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность
завтрак	Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	170/5	175,63
	Бутерброд с сыром	30/15	125,65
	Чай с молоком	200	61,69
2-ой завтрак	Печенье сахарное	20	83,4
	Молоко кипяченое	140	73,32
обед	Огурец соленый	50	7
	Бульон из кур с гренками	180	140
	Котлеты рубленые из птицы	70	182
	Рагу из овощей	130	157,3
	Компот из апельсинов	180	77,72
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	71,3
	Омлет натуральный с маслом	150	235,5
	Чай с лимоном	180	34,8
Пищевая ценность	Белки		54,5
	Жиры		54,8
	Углеводы		174,3
	Калорийность		1425,3

# МЕНЮ (1-3 года) на четверг

на 14 мая 2026 года

Муниципальное бюджетное  
дошкольное образовательное  
учреждение «Детский сад №  
19 «Василек»

# МЕНЮ (3-7) лет на четверг

на 14 мая 2026 года

День 4	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность	День 4	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность
завтрак	Каша жидкая пшеничная с маслом	150/3	132,1	завтрак	Каша жидкая пшеничная с маслом и сахаром	180/5	173,25
	Бутерброд с маслом	30/3	93,49		Бутерброд с маслом	35/5	120,29
	Кофейный напиток с молоком	170	75,23		Кофейный напиток с молоком	200	87,11
2-ой завтрак	Фрукты свежие (яблоко)	150	62,04	2-ой завтрак	Фрукты свежие (яблоко)	180	74,45
обед	Икра морковная	30	28,11	обед	Икра морковная	50	46,85
	Суп картофельный с рыбой	150	158,75		Суп картофельный с рыбой	190	201,11
	Шницель рыбный натуральный	50/3	83		Шницель рыбный натуральный	70/4	116,2
	Картофельное пюре	110	104,13		Картофельное пюре	130	123,1
	Напиток из шиповника	150	66,68		Напиток из шиповника	180	80,02
	Хлеб ржано-пшеничный	30	57,04		Хлеб ржано-пшеничный	37,5	71,3
	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	159,80		Пирожок печеный с капустой и яйцом	80	212,99
полдник	Чай с сахаром	150	28	Чай с сахаром	180	33,6	
	Пищевая ценность			Пищевая ценность			
	Белки		44,6	Белки		57,0	
	Жиры		30,7	Жиры		39,7	
	Углеводы		159,8	Углеводы		188,5	
	Калорийность		1060,7	Калорийность		1340,3	

# МЕНЮ (1-3 года) на пятницу

на 15 мая 2026 года

Муниципальное бюджетное  
дошкольное образовательное  
учреждение «Детский сад №  
19 «Василек»

# МЕНЮ (3-7) лет на пятницу

на 15 мая 2026 года

День 5	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность
завтрак	Каша жидкая молочная манная	150/3	124,79
	Бутерброд с сыром	30/10	80,14
	Какао с молоком	160	74,63
2-ой завтрак	Кефир	120	61,69
обед	Икра свекольная	30	30,03
	Рассольник домашний со сметаной	150	68
	Биточки рубленые	60	137,25
	Каша гречневая рассыпчатая	110	125,05
	Компот из яблок	150	52
	Хлеб ржано-пшеничный	20	38
	Ватрушка королевская с творогом	70	193,2
	Чай с лимоном	150	29
Пищевая ценность	Белки		63,14
	Жиры		41,92
	Углеводы		140,67
	Калорийность		1013,78

День 5	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность
завтрак	Каша жидкая молочная манная	170/5	151,10
	Бутерброд с сыром	30/15	125,65
	Какао с молоком	200	95,71
2-ой завтрак	Кефир	150	77,12
обед	Икра свекольная	50	50,05
	Рассольник домашний со сметаной	200	103,87
	Биточки рубленые	80	183
	Каша гречневая рассыпчатая	140	153,1
	Компот из яблок	180	54,82
	Хлеб ржано-пшеничный	40	76
	Ватрушка королевская с творогом	100	276
	Чай с лимоном	180	34,8
Пищевая ценность	Белки		88,07
	Жиры		57,00
	Углеводы		184,71
	Калорийность		1381,22