

МЕНЮ (1-3 года) на понедельник

на 30 марта 2026 года

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

МЕНЮ (3-7) лет на понедельник

на 30 марта 2026 года

День 11	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность
завтрак	Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	150	165,5
	Бутерброд с маслом	30/3	93,49
	Чай с сахаром	170	31,73
2-ой завтрак	Сок в ассортименте	150	64
обед	Огурец соленый	30	4,2
	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	150	83,06
	Котлета "Улыбка"	60	115,9
	Рагу из овощей	110	133,1
	Компот из сухофруктов	150	84,75
	Хлеб ржано-пшеничный	30	57,04
	Манник	75	190,87
	Соус молочный сладкий	15	15,22
	Чай с лимоном	150	29
	Пищевая ценность		
			33,9
			161,8
			1067,9

День 11	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность
завтрак	Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	185/5	204,11
	Бутерброд с маслом	35/5	120,29
	Чай с сахаром	200	37,3
2-ой завтрак	Сок в ассортименте	180	72
обед	Огурец соленый	50	7
	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	200	113,47
	Котлета "Улыбка"	80	154,6
	Рагу из овощей	140	169,4
	Компот из сухофруктов	200	113
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	71,3
	Манник	85	216,3
	Соус молочный сладкий	15	15,21
	Чай с лимоном	180	34,8
	Пищевая ценность		
			43,9
			197,0
			1328,8

МЕНЮ (1-3 года) на вторник

на 31 марта 2026 года

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

МЕНЮ (3-7) лет на вторник

на 31 марта 2026 года

День 12	Наименование блюд	Выход, г	Калорийн ость	
завтрак	Каша жидкая манная молочная	150/3	124,48	
	Яйцо вареное	20	30,34	
	Хлеб пшеничный	30	71,1	
	Кофейный напиток с молоком	150	62,58	
2-ой завтрак	Бифидок	130	76,7	
	Печенье сахарное	10	41,70	
обед	Икра свекольная	30	31,53	
	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	150	80,85	
	Рулет с луком и яйцом	60	127,14	
	Картофельное пюре	110	106,83	
	Напиток из шиповника	150	66,68	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	57,04	
	полдник	Запеканка из творога с рисом	65	107,57
		Соус фруктовый	15	8,65
		Сок в ассортименте	150	64
	Пищевая ценность	<i>Белки</i>		38,04
<i>Жиры</i>			35,47	
<i>Углеводы</i>			158,68	
<i>Калорийность</i>			1057,19	

День 12	Наименование блюд	Выход, г	Калорийн ость	
завтрак	Каша жидкая манная молочная	165/5	149,94	
	Яйцо вареное	40	60,68	
	Хлеб пшеничный	35	82,95	
	Кофейный напиток с молоком	200	87,11	
2-ой завтрак	Бифидок	130	66,84	
	Печенье сахарное	20	83,4	
обед	Икра свекольная	50	52,52	
	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	180	96,7	
	Рулет с луком и яйцом	80	169,54	
	Картофельное пюре	140	135,95	
	Напиток из шиповника	180	80,02	
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	71,3	
	полдник	Запеканка из творога с рисом	100	165,5
		Соус фруктовый	50	28,8
		Сок в ассортименте	180	76
	Пищевая ценность	<i>Белки</i>		50,12
<i>Жиры</i>			47,91	
<i>Углеводы</i>			217,90	
<i>Калорийность</i>			1407,25	

МЕНЮ (1-3 года) на среду

на 01 апреля 2026 года

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

МЕНЮ (3-7) лет на среду

на 01 апреля 2026 года

День 13	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность	
завтрак	Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150/3	154,98	
	Бутерброд с повидлом	30/8	89,53	
	Чай с сахаром	160	29,86	
2-ой завтрак	Ряженка	120	61,69	
обед	Капуста тушеная	30	23,7	
	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	102,2	
	Котлеты рубленые из птицы	60	156	
	Макаронные изделия отварные	110	113,7	
	Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	47,08	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	57,04	
	полдник	Булочка домашняя	50	118,06
		Молоко кипяченое	150	78,57
Пищевая ценность	Белки		37,52	
	Жиры		32,94	
	Углеводы		147,25	
	Калорийность		1032,41	

День 13	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность	
завтрак	Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	180/5	185,96	
	Бутерброд с повидлом	37,5/13	123,26	
	Чай с сахаром	200	37,3	
2-ой завтрак	Ряженка	150	77,12	
обед	Капуста тушеная	50	39,5	
	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	200	136,27	
	Котлеты рубленые из птицы	70	182	
	Макаронные изделия отварные	130	134,42	
	Компот из сушеных фруктов (изюм)	180	88,2	
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	71,3	
	полдник	Булочка домашняя	80	188,9
		Молоко кипяченое	180	94,28
Пищевая ценность	Белки		46,02	
	Жиры		45,04	
	Углеводы		190,81	
	Калорийность		1358,51	

МЕНЮ (1-3 года) на четверг

на 02 апреля 2026 года

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

МЕНЮ (3-7) лет на четверг

на 02 апреля 2026 года

День 14	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность
завтрак	Каша вязкая "Дружба"	150/3	122,2
	Бутерброд с маслом	30/3	93,49
	Кофейный напиток с молоком	170	85,9
2-ой завтрак	Яблоко	150	62,04
обед	Икра морковная	30	38,7
	Суп картофельный с рыбой	150	158,77
	Рыба, тушенная с овощами	60	55,5
	Каша рисовая рассыпчатая	110	160,6
	Компот из кураги	150	73,5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	57,04
	Омлет натуральный с маслом	120	188,4
полдник	Чай с сахаром	150	28
	<i>Белки</i>		48,03
Пищевая ценность	<i>Жиры</i>		34,41
	<i>Углеводы</i>		148,90
	<i>Калорийность</i>		1124,14

День 14	Наименование блюд	Выход, г	Калорийность
завтрак	Каша вязкая "Дружба"	180/5	155,82
	Бутерброд с маслом	35/5	120,29
	Кофейный напиток с молоком	200	87,11
2-ой завтрак	Яблоко	180	74,45
обед	Икра морковная	50	46,85
	Суп картофельный с рыбой	180	190,53
	Рыба, тушенная с овощами	80	74
	Каша рисовая рассыпчатая	130	189,8
	Компот из кураги	180	101,7
	Хлеб ржано-пшеничный	35	66,54
	Омлет натуральный с маслом	150	233,50
полдник	Чай с сахаром	200	37,3
	<i>Белки</i>		58,98
Пищевая ценность	<i>Жиры</i>		44,57
	<i>Углеводы</i>		176,99
	<i>Калорийность</i>		1377,89

МЕНЮ (1-3 года) на пятницу

на 03 апреля 2026 года

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

МЕНЮ (3-7) лет на пятницу

на 03 апреля 2026 года

День 15	Наименование блюд	Выход, г	Калорийн ость
завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	108,9
	Бутерброд с сыром	30/10	80,14
	Какао с молоком	160	74,63
2-ой завтрак	Кефир	120	61,69
обед	Свекла отварная	30	14,1
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150	89,7
	Биточки рубленые	60	137,25
	Каша гречневая рассыпчатая	110	125,05
	Компот из яблок	150	52
	Хлеб ржано-пшеничный	30	57,04
	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	159,80
	Сок в ассортименте	150	64
Пищевая ценность	Белки		41,8
	Жиры		35,5
	Углеводы		149,5
	Калорийность		1024,3

День 15	Наименование блюд	Выход, г	Калорийн ость
завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180	130,68
	Бутерброд с сыром	30/15	125,65
	Какао с молоком	200	95,71
2-ой завтрак	Кефир	150	77,12
обед	Свекла отварная	50	23,5
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	200	119,6
	Биточки рубленые	80	183
	Каша гречневая рассыпчатая	130	142,17
	Компот из яблок	180	54,82
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	71,3
	Пирожок печеный с капустой и яйцом	70	186,37
	Сок в ассортименте	180	76
Пищевая ценность	Белки		55,6
	Жиры		45,3
	Углеводы		185,3
	Калорийность		1285,9