

МЕНЮ (1-3 года) на среду

на 19 октября 2026г

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

МЕНЮ (3-7) лет на среду

на 19 октября 2026г

День 18	Наименование блюд	Выход, г	белки	жиры	углевод ы	Калорий ность
завтрак	Каша пшенинная жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	150/3	5,26	6,06	21,2	159,7
	Бутерброд с маслом	30/3	2,31	2,67	15,07	93,49
	Чай с сахаром	170	0,04	0,01	7,9	31,72
2-ой завтрак	Сок в ассортименте	150	0,75	0	15,15	64
обед	Салат из горошка зеленого консервированного	30	0,9	1,55	1,87	24,4
	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками	150/15	4,53	3,15	10,32	88,41
	Котлета "Улыбка"	60	2,4	6,9	4,87	115,9
	Капуста тушеная	120	2,21	4,28	11,31	94,8
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,01	20,83	84,75
	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,3	0,35	14,07	66,55
полдник	Манник	75	4,01	4,27	35,77	190,87
	Соус фруктовый	10	0,09	0	1,34	5,76
	Чай с лимоном	150/3,5	0,07	0,01	7,1	29
Итого за день		1304,50	25,20	29,26	166,80	1049,35

День 18	Наименование блюд	Выход, г	белки	жиры	углево ды	Калорий ность
завтрак	Каша пшенинная жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	185/5	6,47	7,4	26,17	197,02
	Бутерброд с маслом	35/5	2,7	4,35	17,6	120,29
	Чай с сахаром	180	0,04	0,01	8,38	33,6
2-ой завтрак	Сок в ассортименте	180	0	0	24,3	97,2
обед	Салат из горошка зеленого консервированного	50	1,5	2,6	3,1	40,7
	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками	175/25	7,53	4,98	12,82	131,13
	Котлета "Улыбка"	80	3,2	9,2	6,5	154,6
	Капуста тушеная	150	3,59	5,32	15,14	125,77
	Компот из сушеных фруктов	200	0,44	0,02	27,78	113
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	71,3
полдник	Манник	80	4,8	6,4	23,2	188,9
	Соус фруктовый	180	5,06	4,37	8,38	94,28
	Чай с лимоном	85	4,54	4,84	40,54	216,3
Итого за день		1589,50	32,73	39,11	213,03	1364,71

МЕНЮ (1-3 года) на вторник

на 20 октября 2026г

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

МЕНЮ (3-7) лет на вторник

на 20 октября 2026г

День 17	Наименование блюд	Выход, г	белки	жиры	углевод ы	Калорий ность	День 17	Наименование блюд	Выход, г	белки	жиры	углевод ы	Калорий ность
завтрак	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	150/3	3,15	2,89	22,8	130	завтрак	Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным	190/5	4,1	5,42	29,32	182,87
	Бутерброд с сыром	30/10/3	3,11	4,58	9,7	80,14		Бутерброд с сыром	30/15/5	5,77	4,62	15,05	125,65
	Кофейный напиток с молоком	170	2,66	2,19	10,74	73,2		Кофейный напиток с молоком	200	3,15	2,59	12,87	87,11
2-ой завтрак	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43	2-ой завтрак	Апельсин	100	0,8	0,2	8,1	43
обед	Икра свекольная	30	0,7	1,74	3,7	34,08	обед	Икра свекольная	50	1,16	2,9	6,2	50,05
	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	150/5	6,24	4,74	9,68	108,94		Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	180/8	7,49	5,69	11,61	130,7
	Шницели рубленные	50	7,78	5,78	7,85	114,38		Шницели рубленные	70	10,89	8,09	10,99	160,13
	Каша рисовая рассыпчатая	110	2,64	4,4	26,95	160,6		Каша рисовая рассыпчатая	130	3,12	5,2	31,85	189,8
	Напиток из шиповника	150	0,4	0,16	13,92	66,68		Напиток из шиповника	180	0,49	0,2	16,71	80,02
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04		Хлеб ржано-пшеничный	35	2,33	0,34	14,07	66,54
полдник	Омлет натуральный с маслом	130	11,7	11,09	8,88	204,1	полдник	Омлет натуральный с маслом	150	13,5	12,8	10,25	235,5
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28		Хлеб пшеничный	20	1,49	0,09	10	47,4
Итого за день		1271,00	41,32	38,08	141,37	1100,16		Чай с сахаром	180	0,04	0,01	8,38	33,6
							Итого за день		1548,00	54,33	48,15	185,40	1432,37

МЕНЮ (1-3 года) на среду
на 21 октября 2026г

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

МЕНЮ (3-7) лет на среду
на 21 октября 2026г

День 18	Наименование блюд	Выход, г	белки	жир ы	углев оды	Калор ийнос ть
завтрак	Каша вязкая "Дружба"	160/3	3,94	4,16	19,09	130,34
	Бутерброд с повидлом	30/2,5/8	2,25	0,18	19,72	89,53
	Чай с молоком и сахаром	170	1,92	1,36	7,72	50,2
2-ой завтрак	Флоды свежие (яблоко)	150	0,52	0,52	12,93	62,04
обед	Икра морковная	30	1,1	4,0	5,58	64,5
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	150/5	3,07	3,38	8,98	78,75
	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	50	6,05	8,7	4,93	122,5
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110	4,18	0,55	22,88	113,7
	Компот из апельсинов	150	0,26	0,06	15,43	64,77
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04
полдник	Пирожки печеные с морковью и яйцом	60	3,90	2,70	22,80	132,0
	Компот из изюма	150	0,24	0,06	14,98	61,78
Итого за день		1258,50	29,43	25,97	167,10	1027,15

День 18	Наименование блюд	Выход, г	белки	жир ы	углев оды	Калори йност ь
завтрак	Каша вязкая "Дружба"	180/5	4,42	6,17	21,6	155,82
	Бутерброд с повидлом	37,5/3,5/13	1,96	3,09	21,9	123,26
	Чай с молоком и сахаром	200	2,24	1,6	9,76	61,69
2-ой завтрак	Флоды свежие (яблоко)	180	0,63	0,63	15,52	74,45
обед	Икра морковная	50	1,1	4	5,58	64,5
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	180	3,68	4,01	10,78	94,5
	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	70	8,49	12,18	6,9	171,5
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	4,94	0,65	27,04	134,42
	Компот из апельсинов	180	0,31	0,07	18,51	77,72
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	71,3
полдник	Пирожки печеные с морковью и яйцом	70	4,55	3,15	26,60	154,0
	Компот из изюма	180	0,29	0,07	17,97	74,13
Итого за день		1516,50	35,11	35,99	197,24	1257,29

МЕНЮ (1-3 года) на четверг

на 22 октября 2026г

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

МЕНЮ (3-7) лет на четверг

на 22 октября 2026г

День 19	Наименование блюд	Выход, г	белки	жир ы	углев оды	Калор ийнос ть
завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	160	4,54	4,16	15,04	116,16
	Бутерброд с маслом	30/3	2,31	2,67	15,07	93,49
	Какао с молоком	170	3,29	2,66	10,66	79,29
2-ой завтрак	Кефир	120	3,37	2,91	4,65	61,69
обед	Огурец соленый	30	0,24	0	0,72	4,2
	Суп картофельный с рыбой	150	16,83	4,67	12,15	158,72
	Котлета рыбная	50	7,13	1,37	4,44	59,4
	Рагу из овощей	110	1,77	9,54	10,03	133,1
	Компот из свежих плодов (из яблок)	150	0,12	0,12	12,91	52
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04
полдник	Сырники из творога	70	13,08	8,86	8	163,8
	Соус молочный сладкий	10	0,18	0,44	1,3	10,14
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28
Итого за день		1233,00	54,90	37,71	114,02	1017,03

День 19	Наименование блюд	Выход, г	белки	жир ы	углев оды	Калори йност ь
завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,11	4,68	16,92	130,68
	Бутерброд с маслом	35/5	2,7	4,35	17,6	120,29
	Какао с молоком	200	3,87	3,13	13,18	95,71
2-ой завтрак	Кефир	150	4,22	3,64	5,82	77,12
обед	Огурец соленый	50	0,4	0	1,22	7
	Суп картофельный с рыбой	190	21,31	5,99	15,39	201,11
	Котлета рыбная	80	11,40	2,19	7,11	95
	Рагу из овощей	150	2,43	13,02	13,69	181,5
	Компот из свежих плодов (из яблок)	180	0,14	0,14	13,5	54,82
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	2,5	0,37	15,08	71,3
полдник	Сырники из творога	100	18,69	12,67	11,4	234
	Соус молочный сладкий	15	0,28	0,67	1,95	15,22
	Чай с сахаром	180	0,04	0,01	8,38	33,6
Итого за день		1552,50	73,09	50,86	141,24	1317,35

МЕНЮ (1-3 года) на пятницу

на 23 октября 2026г

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

МЕНЮ (3-7) лет на пятницу

на 23 октября 2026г

День 20	Наименование блюд	Выход, г	белки	жиры	углевод ы	Калорий ность
завтрак	Каша молочная кукурузная жидкая	150/3	3,89	4,51	16,71	120,9
	Бутерброд с сыром	30/10/3	3,11	4,58	9,7	80,14
	Кофейный напиток с молоком	170	2,66	2,19	10,74	73,2
2-ой завтрак	Ряженка	120	3,37	2,91	4,65	61,69
	Печенье сахарное	10	0,75	0,98	7,44	41,70
обед	Икра свекольная	30	0,7	1,74	3,7	34,08
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/5	3,24	3,5	11,3	89,7
	Запеканка картофельная с фаршем мясным	120	14,1	13,8	15,9	245,2
	Соус сметанный	30	0,41	1,5	1,77	18,93
	Чай с лимоном	150/3,5	0,07	0,01	7,1	29
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04
полдник	Булочка домашняя	60	3,6	4,8	17,4	141,68
	Сок в ассортименте	150	0,75	0	15,15	64
Итого за день		1224,50	38,65	40,82	133,62	1057,26

День 20	Наименование блюд	Выход, г	белки	жиры	углево ды	Калорий ность
завтрак	Каша молочная кукурузная жидкая	200/5	5,19	6,02	22,29	161,2
	Бутерброд с сыром	30/15/5	5,77	4,62	15,05	125,65
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,33	12,41	81,8
2-ой завтрак	Ряженка	150	4,22	3,64	5,82	77,12
	Печенье сахарное	20	1,5	1,96	14,88	83,4
обед	Икра свекольная	50	1,17	2,3	6,2	50,05
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	180/8	3,88	4,20	13,56	107,64
	Запеканка картофельная с фаршем мясным	160	18,77	18,45	21,22	326,93
	Соус сметанный	30	0,41	1,13	1,77	18,93
	Чай с лимоном	180/7	0,08	0,01	8,52	34,8
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,67	0,39	16,08	76
полдник	Булочка домашняя	80	4,8	6,4	23,2	188,9
	Сок в ассортименте	180	0,9	0	18,18	76
Итого за день		1320,00	50,70	49,49	174,48	1408,42