

Утверждаю

Заведующий МАДОУ

детский сад - ясли «Орлёнок»

Юрова Е.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-3 лет/ 3-7 лет

Дата: «_» марта 2025 г.

Сезон: весенний - летний

Неделя: 1

День: первый

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г		Энергетическая ценность, ккал	
	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л
ЗАВТРАК				
Яйцо вареное	1 шт	1 шт	63	63
Бутерброд с сыром	45	65	100,3	162,25
Чай с лимоном, сахаром	150	180	29	41
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Свежие фрукты (яблоко)	100	100	47	47
ОБЕД				
Суп крестьянский на кур.б.	150	200	84,35	140,58
Макароньы отварные	100	150	112	168
Гуляш из отварного мяса птицы	120	140	189	218
Компот из свежих фруктов	150	250	73,2	97,6
Хлеб пшеничный	30	45	68,7	103
Хлеб ржаной	30	45	64,2	96
ПОЛДНИК				
Булочка «Веснушка»	60	80	151	241,6
Кипяченое молоко	150	180	85	102

Утверждаю

Заведующий МАДОУ

детский сад - ясли «Орлёнок»

Юрова Е.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-3 лет/ 3-7 лет

Дата: «_» марта 2025 г.

Сезон: весенний - летний

Неделя: 1

День: третий

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г		Энергетическая ценность, ккал	
	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л
ЗАВТРАК				
Каша манная с маслом	150	200	141	177
Бутерброд с повидлом	34	55	100,3	162,25
Кофейный напиток с молоком	150	180	89	107
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Свежие фрукты (яблоко красное)	100	100	47	47
ОБЕД				
Суп Харчо с мясом	150	250	81	139
Капуста тушеная вегетарианская	150	200	120	158
Напиток из св. яблока	150	180	61	91
Хлеб пшеничный	30	45	68,7	103
Хлеб ржаной	30	45	64,2	96
ПОЛДНИК				
Ленивые вареники	120	140	380	409
Чай с сахаром, лимоном	150	180	29	41

Утверждаю

Заведующий МАДОУ

детский сад - ясли «Орлёнок»

Юрова Е.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-3 лет/ 3-7 лет

Дата: «_» марта 2025 г.

Сезон: весенний - летний

Неделя: 1

День: четвертый

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г		Энергетическая ценность, ккал	
	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л
ЗАВТРАК				
Каша кукурузная вязкая	150	180	146	184
Батон с маслом	35	50	95,2	140
Чай с сахаром	150	180	28	40
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок фруктовый	150	180	64	76
ОБЕД				
Салат из св.овощей (огурец ,помидор)	60	80	37,56	56,34
Суп вермишелевый на кур.б.	150	250	62,8	104,7
Суфле из отварного мяса с рисом	120	140	164	219
Гречка рассыпчатая	100	150	162	243
Компот из свежего яблока	150	200	73,2	97,6
Хлеб пшеничный	30	45	68,7	103
Хлеб ржаной	30	45	64,2	96
ПОЛДНИК				
Пряник	40	60	85	85
Кипяченое молоко	150	180	85	102

Утверждаю

Заведующий МАДОУ

детский сад - ясли «Орлёнок»

Юрова Е.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-3 лет/ 3-7 лет

Дата: «_» марта 2025 г.

Сезон: весенний - летний

Неделя: 2

День: шестой

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г		Энергетическая ценность, ккал	
	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л
ЗАВТРАК				
Суп молочный с макаронными изделиями	150	250	108	181
Батон	28	35	68,7	103
Чай с сахаром, лимоном	150	180	29	41
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Свежие фрукты (яблоко красное)	100	100	47	47
ОБЕД				
Суп картофельный на кур.б	180	250	82	137
Гороховое пюре	150	200	196	228
Тушеная курица с овощами	120	140	189	218
Компот из св.яблока	150	250	73,2	97,6
Хлеб пшеничный	30	45	68,7	103
Хлеб ржаной	30	45	64,2	96
ПОЛДНИК				
Рогалик с яблоком	60	80	148,6	198
Кисель из плодово-ягодного концентрата	150	180	87,14	116,19

Утверждаю

Заведующий МАДОУ

детский сад - ясли «Орлёнок»

Юрова Е.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-3 лет/ 3-7 лет

Дата: «_» марта 2025 г.

Сезон: весенний - летний

Неделя: 2

День: седьмой

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г		Энергетическая ценность, ккал	
	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л
ЗАВТРАК				
Каша вязкая «Ячневая» с маслом	150	180	136	169
Батон с сыром	34	55	100,3	162,25
Кофейный напиток	150	180	70	91
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Свежие фрукты	100	100	47	47
ОБЕД				
Овощная нарезка (огурец)	60	80	37,56	56,34
Суп с шахтерский на кур.б.	150	250	115,2	154,9
Макароны отварные	100	120	112	168
Гуляш из отварного мяса	120	140	189	218
Компот из св.яблока	180	250	73,2	97,6
Хлеб пшеничный	30	45	68,7	103
Хлеб ржаной	30	45	64,2	96
ПОЛДНИК				
Булочка сахарная	60	80	180	220
Кисломолочный продукт	150	180	76	92

Утверждаю

Заведующий МАДОУ

детский сад - ясли «Орлёнок»

Юрова Е.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-3 лет/ 3-7 лет

Дата: «_» марта 2025 г.

Сезон: весенний - летний

Неделя: 2

День: восьмой

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г		Энергетическая ценность, ккал	
	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л
ЗАВТРАК				
Каша рисовая вязкая с маслом	150	200	142	177
Батон с повидлом	45	65	127	184
Чай с молоко и сахаром	150	180	29	41
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок фруктовый	150	180	64	76
ОБЕД				
Салат из св.овощей (помидор, лук)	60	80	28,56	42,84
Свекольник на м/к б.	150	250	62,49	104,12
Азу по-татарски с мясом (говядина)	150	200	239,2	342
Компот из свежего яблока	180	250	73,2	97,6
Хлеб пшеничный	30	45	68,7	103
Хлеб ржаной	30	45	64,2	96
ПОЛДНИК				
Ватрушка с творогом	60	80	173	230
Чай с лимоном	150	180	29	41

Утверждаю

Заведующий МАДОУ

детский сад - ясли «Орлёнок»

Юрова Е.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-3 лет/ 3-7 лет

Дата: «_» марта 2025 г.

Сезон: весенний - летний

Неделя: 2

День: девятый

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г		Энергетическая ценность, ккал	
	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л
ЗАВТРАК				
Суп молочный с макаронными изделиями с маслом	150	250	108	181
Батон	28	35	68,7	103
Чай с сахаром	150	180	28	40
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок фруктовый	150	180	64	76
ОБЕД				
Салат из моркови	40	60	16,16	24,24
Суп с фрикаделькой	180	250	81	139
Гречка рассыпчатая	100	150	162	243
Гуляш из отварного мяса птицы	120	140	189	218
Компот из св. яблока	150	180	73,2	97,6
Хлеб пшеничный	30	45	68,7	103
Хлеб ржаной	30	45	64,2	96
ПОЛДНИК				
Пряник оренбургский	40	60	85	85
Кисель из плодово – ягодного концентрата	150	200	87,14	116,19

Утверждаю

Заведующий МАДОУ

детский сад - ясли «Орлёнок»

Юрова Е.А.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-3 лет/ 3-7 лет

Дата: «_» марта 2025 г.

Сезон: весенний - летний

Неделя: 2

День: десятый

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г		Энергетическая ценность, ккал	
	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л	Дети 1-3 г	Дети 3-7 л
ЗАВТРАК				
Каша молочная пшеничная	150	180	159	200
Батон с маслом	35	50	95,2	170
Чай с сахаром	180	250	28	40
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Свежие фрукты	100	100	47	47
ОБЕД				
Суп «Рассольник Ленинградский» на кур.б.	180	250	104	128
Овощное рагу с мясом птицы	150	200	196	228
Компот из св. яблока	180	200	73,2	97,6
Хлеб пшеничный	30	45	68,7	103
Хлеб ржаной	30	45	64,2	96
ПОЛДНИК				
Печенье овсяное	40	60	85	85
Сок фруктовый	150	180	64	76