



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующая детским садом № 26  
 Мингалимова Р.З.

**Меню Детского сада №26 «Бэлэчэ»**

**1-ый день**

№ п/п	Название блюд	Выход продуктов			
		Ясли (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)	Сад (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)
<b>Завтрак</b>					
1.	Каша молочная «Дружба» с маслом	150/4г	132,9	200	134,66
2.	Бултерброд со сл. маслом	25/5г	119,6	30/5г	156,4
3.	Кофейный напиток с молоком	165г	77	180	91
<b>2-ой завтрак 10.00 часов</b>					
1.	Кефир	150/5	94,95	180/5	109,95
<b>Обед</b>					
1.	Салат из моркови с сахаром	30г	21,4	50	35,67
2.	Суп картофельный с вермишелью с кур. фрикадельками	150/10г.	94,57	180/10г.	117,4
3.	Капуста тушенная	150г	123,5	180/10г.	143,5
4.	Котлеты рубленные из говядины	70г	129,75	70г	129,75
5.	Сок	200г	85,34	200г	85,34
6.	Хлеб пшен.- ржаной	40г	79,2	45	89,1
<b>Уплотненный полдник</b>					
1.	Булочка дорожная	35г	126,7	20г	181
2.	ЧАЙ С САХАРОМ	150/8	28	100г	40
3.	Пудинг рыбный	60/20	136,84	80/30г	182
4.	Картофельное пюре	120	109,8	140	128,1
5.	Хлеб пшеничный	35	82,25	25	58,75

# Организация питания в детском саду





УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая детским садом № 26  
Мингалимова Р.З.

**Меню Детского сада №26 «Бэлэжэч»**

**2 – ой день**

№ п/п	Название блюд	Выход продуктов			
		Ясли (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)	Сад (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)
<b>Завтрак</b>					
1.	Каша полбяная молочная с маслом	150/4г	132,9	200	134,66
2.	Бутерброд с маслом и сыром	25/5г	119,6	30/5г	156,4
3.	Какао с молоком	165г	77	180	91
<b>2 –ой завтрак 10.00 часов</b>					
1.	Ряженка	150/5	94,95	180/5	109,95
<b>Обед</b>					
1.	Салат из картофеля с солёным огурцом	50г	35,67	60г	45,67
2.	Борщ на м/б со свежей капустой и сметаной	150/10г.	62	180/10г.	79
3.	Плов из отварной говядины	150г	248,3	180/10г.	309,5
4.	Хлеб ржаной	40г	79,2	70г	89,1
5.	Кисель	130г	85,34	200г	85,34
<b>Уплотненный полдник</b>					
1.	Печенье	15г	41,7	20г	125,1
2.	Фрукты	95г	41,8	100г	44
3.	Запеканка из творога с повидлом	110/20г	328,20	120/30г	385
4.	Хлеб пшеничный	20г	58,75	30г	70,5
5.	Чай с сахаром и лимоном	150/8/5г	41,35	180/10/7	62,67

**Организация  
питания  
в детском саду**





УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая детским садом № 26  
Мингалимова Р.З

Меню Детского сада №26 «Бэлэкэч»

3-ий день

№ п/п	Название блюд	Выход продуктов			
		Ясли (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)	Сад (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)
<b>Завтрак</b>					
1.	Каша кукурузная молочная с маслом	150/4г	132	200	143
2.	Бутерброд с маслом сливочным	25/5г	119,6	30/5г	156,4
3.	Чай с молоком, с сахаром	160/8г	82,13	180/20	89
<b>2 –ой завтрак 10.00 часов</b>					
1.	Молоко кипячённое	150/5	85	180/5	102
<b>Обед</b>					
1.	Салат из зелёного горошка	30г	25,08	50г	25,08
2.	Суп с пшённой крупой с мясом птицы	150/10г.	77,62	180/10г.	94,8
3.	Макароны отварные с маслом	110/3г	133,54	130/3г.	154,22
4.	Фрикадельки мясные с молочным соусом	50/25г	125	50/25г	125
5.	Хлеб ржаной	40г	79,2	45г	89,1
<b>Уплотненный полдник</b>					
1.	Печенье	10г	41,7	30г	125,1
2.	Картофель тушеный	120	148,80	140	173,6
3.	Фрикадельки рыбные отварные	60	68	80	93
4.	Хлеб пшеничный	20г	47	30г	70,5
5.	Чай с сахаром	150/8	28	180/10	40

# Организация питания в детском саду





УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая детским садом № 26  
Мингалимова Р.З.

Меню Детского сада №26 «Бэлзэх»

4 -ый день

№ п/п	Название блюда	Выход продуктов			
		Ясли (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)	Сад (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)
<b>Завтрак</b>					
1.	Омлет натуральный	150	235	150	235
2.	Бутерброд с маслом, с сыром	25/5/5	119,6	30/10/5	156,4
3.	Кофейный напиток с молоком	165/10	77	180/20	91
<b>2 –ой завтрак 10.00 часов</b>					
1.	Напиток ацидофильный	150	51,75	180	62,1
<b>Обед</b>					
1.	Салат из свеклы с растительным маслом	40г	37,56	60г	55,68
2.	Суп картофельный с горохом на курином бульоне	150	88,91	200	118,6
3.	Птица тушеная в соусе с овощами 170г	150	134,17	200	181,74
4.	Хлеб пшеничный 40г	50\25г	125	50/25г	125
5.	Компот из свежемороженых фруктов 130г	150	84,75	180	101,7
<b>Уплотненный полдник</b>					
1.	Булочка с сахаром	35г	87,4	50г	125
2.	Пудинг творожный со сгущенным молоком	110/20	362,2	120/30	416,7
3.	Фрукт свежие	95	40,85	100	43
4.	Хлеб пшеничный	25г	58,75	30г	70,5
5.	Чай с сахаром	150/8	28	180/10	40

Организация  
питания  
в детском саду





УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая детским садом № 26  
Мингалимова Р.З

Меню Детского сада №26 «Бэлэкчэ»  
7 - ой день

№ п/п	Название блюд	Выход продуктов			
		Ясли (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)	Сад (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)
<b>Завтрак</b>					
1.	Каша пшённая с маслом	150	132,9	200	134,66
2.	Бутерброд с маслом с сыром	25/5/5	119,6	30/10/5	156,4
3.	Кофейный напиток с молоком	165	77	180	91
<b>2 –ой завтрак 10.00 часов</b>					
1.	Кефир	150/5	94,95	180/5	109,95
<b>Обед</b>					
1.	Салат из овощей с морской капустой	30г	21,4	50г	35,67
2.	Суп картофельный с мясом птицы	150/10	94,57	180/10	117,4
3.	Биточки рубленые из рыбы	50г	70,7	80	126,5
4.	Каша гречневая с овощами с слив. маслом	110/3	156,93	130,3	181,87
5.	Хлеб пшенично - ржаной	40г	79,2	45	89,1
6.	Напиток из красной смородины	150	67	180	80
<b>Уплотненный полдник</b>					
1.	Королевская ватрушка	130г	200,74	150г	231,62
2.	Рагу из овощей	120	106,4	150	133
3.	Котлеты рубленые из говядины	60	129,75	80	173
4.	Хлеб пшеничный	30	70,5	30	70,5
5.	Чай с сахаром и изюмом	150/8/5	41,35	150/10/5	52,67

Организация  
питания  
в детском саду





УТВЕРЖДАЮ

Заведующая детским садом № 26  
Мингалимова Р.З

Меню Детского сада №26 «Бэлэч»

8 - ой день

№ п/п	Название блюд	Выход продуктов			
		Ясли (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)	Сад (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)
<b>Завтрак</b>					
1.	Каша манная молочная с маслом	150/4г	134,6	200	100
2.	Бутерброд ,с маслом, с сыром	25/5/5г	119,6	30/10/5	156,4
3.	Какао с молоком	160г	97,9	180	107
<b>2 –ой завтрак 10.00 часов</b>					
1.	Молоко кипячённое	150	85	180	102
<b>Обед</b>					
1.	Винегрет с солёным огурцом	40г	37,93	60г	56,9
2.	Щи со свежей капустой ,с мясн/фрикадельками, со сметаной	150/10/5г	74,38	180/10	96,2
3.	Тефтели куриные с рисом, с соусом	50/20 г	111,47	70/30	157,66
4.	Макаронны отварные. со слив. маслом	110/3	133,54	130,3	154,22
5.	Хлеб ржаной	40г	79,2	45	89,1
6.	Компот из изюма	150	84,75	180	101,7
<b>Уплотненный полдник</b>					
1.	Фрукты свежие	95г	41,8	100г	44
2.	Слойка сладкая	35	123,5	50	176,37
3.	Омлет натуральный с сыром	150/10	287,5	150/10	287,5
4.	Хлеб пшеничный	25	58,75	25	58,75
5.	Чай с сахаром и лимоном	150/8/5	29	180/10/7	41

**Организация  
питания  
в детском саду**





УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующая детским садом № 26  
 Мингалимова Р.З.

Меню Детского сада №26 «Бэлэчэ»

5-ый день

№ п/п	Название блюд	Выход продуктов			
		Ясли (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)	Сад (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)
<b>Завтрак</b>					
1.	Суп молочный геркулесовый с маслом	150/4г	235	180/5г	285
2.	Бутерброд с маслом	25/5	119,6	30/10	156,4
3.	Какао с молоком	160/10	77	180/20	91
<b>2 –ой завтрак 10.00 часов</b>					
1.	Напиток ацидофильный	150	51,75	180	62,1
<b>Обед</b>					
1.	Салат из свежей капусты	40г	34,96	50г	43,7
2.	Суп из овощей с куриными фрик. со сметаной	150/10/5г	74,38	180/10	96,2
3.	Суфле рыбное с соусом	70/10	78	70/10	78
4.	Рис отварной с маслом слив	110/3	168,39	110/3	168,39
5.	Хлеб ржаной	40г	89,1	40г	89,1
<b>Уплотненный полдник</b>					
1.	Икра морковная	40г	46,84	50г	56,84
2.	Вафли	10г	162,6	10г	162,6
3.	Запеканка картофельная с мясом с сметанным соусом	160/20	273,5	200/30	318,48
4.	Хлеб пшеничный	30г	58,75	30г	70,5
5.	Чай с сахаром и лимоном	150/8/5	29	180/10/7	41

**Организация  
 питания  
 в детском саду**





УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующая детским садом № 26  
 Мингалимова Р.3

**Меню Детского сада №26 «Бэлэкч»  
 6 - ой день**

№ п/п	Название блюд	Выход продуктов			
		Ясли (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)	Сад (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)
<b>Завтрак</b>					
1.	Каша рисовая молочная с маслом	150/4г	205	180/5г	228
2.	Бутерброд с маслом	25/5	119,6	30/10	156,4
3.	Чай с молоком, с сахаром	160/10	77	180/20	91
<b>2 –ой завтрак 10.00 часов</b>					
1.	Ряженка	150	78	180	92
<b>Обед</b>					
1.	Салат из соленого огурца	40г	34,64	60г	51,96
2.	Суп картофельный с вермишелью на кур/бул	150/10/5г	74,38	180/10	83,8
3.	Жаркое из птицы по домашнему	190	219,33	190	219,33
4.	Хлеб ржаной	40г	89,1	40г	89,1
5.	Напиток из апельсин	150г	125	150г	125
<b>Уплотненный полдник</b>					
1.	Фрукты свежие	95г	41,8	100г	44
2.	Пирожок с повидлом	40г	100	40г	100
3.	Бефстроганов из отварной говядины	40\40	283,3	40/40	283,3
4.	Макароны отварные с маслом	110\3	133,54	130/3	154,22
5.	Напиток из шиповника растворимого	150\8	54	180/10	79
6.	Чай с сахаром и лимоном	150/8/5	29	180/10/7	41

**Организация  
 питания  
 в детском саду**







ПТВЕРЖДАЮ  
заведующая детским садом № 26  
Мингалимова Р.З.

**Меню Детского сада №26 «Бэлэч»  
9 - ый день**

№ п/п	Название блюд	Выход продуктов			
		Ясли (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)	Сад (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)
<b>Завтрак</b>					
1.	Каша пшённая молочная с маслом	150/4г	132,9	200	134,66
2.	Бутерброд с маслом	25/5г	99	30/5	111
3.	Чай с молоком, с сахаром	160/8г	82,13	180	89
<b>2 –ой завтрак 10.00 часов</b>					
1.	Напиток ацидофильный	150	51,75	180	62,1
<b>Обед</b>					
1.	Салат из свежей капусты с морковью	40г	34,96	50г	13,7
2.	Рассольник ленинградский на м/б со сметаной	150/6	92,3	180/7	156,35
3.	Пюре картофельное	120г	109,8	140	128,1
4.	Гуляш из отварной говядины	45\45г	141,75	45\45г	141,75
5.	Хлеб ржаной	40г	79,2	45	89,1
6.	Компот из свеже/заморож.фруктов	150	84,75	180	101,7
<b>Уплотненный полдник</b>					
1.	Фрукты свежие	95г	41,8	100г	44
2.	Печенье	10г	41,7	30	125,1
3.	Запеканка рисовая с творогом	130\20	328,20	150/25	385
4.	Хлеб пшеничный	25	58,75	25	58,75
5.	Чай с сахаром	150/8	28	180/10	40

**Организация  
питания  
в детском саду**





СТВЕРЖДАЮ

Мингалимова Р.З.  
Мингалимова Р.З.

Меню Детского сада №26 «Бэлэкч»

10 - ый день

№ п/п	Название блюд	Выход продуктов			
		Ясли (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)	Сад (в гр.)	Энергетическая ценность (Ккал)
<b>Завтрак</b>					
1.	Каша геркулесовая молочная с маслом	150/4г	99	200	108
2.	Бутерброд с сыром, с маслом	25/5/5г	119,6	30/10/5	156,4
3.	Кофейный напиток	165	77	180	91
<b>2 –ой завтрак 10.00 часов</b>					
1.	Молоко кипяченое	150	85	180	102
<b>Обед</b>					
1.	Салат из кукурузы консервированной	30г	29,79	50г	49,65
2.	Суп-лапша домашняя на кур. б-не с мяс.фрик.	150/10	95,62	180/10	118,80
3.	Рагу из овощей	120г	106,4	130	133
4.	Биточки-ДОМАШНИЕ	50	96,25	70	134,75
5.	Хлеб ржано-пшеничный	40г	79,2	45	89,1
6.	Кисель	150	60	180	72
<b>Уплотненный полдник</b>					
1.	Вафли	10г	54,2	30	62,6
2.	Тефтели рыбные в соусе	45\15	98,85	60/20	132,39
3.	Каша гречневая вязкая	110\3	102,73	130/3	127/73
4.	Хлеб пшеничный 20г	25	58,75	25	58,75
5.	Напиток из шиповника	150/8	66/12	180/10	79

**Организация  
питания  
в детском саду**

