

09.10.2025 МЕНЮ

Утверждаю:

Заведующий БМАДОУ №41

Садовникова Н.А.



| Но-<br>мер<br>реп. | Прием пищи,<br>наименование изделий<br>(блюд)                        | Вы-<br>ход, г | Белки, г |        | Жиры, г |        | Угле-<br>воды, г | ЭЦ,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------|----------|--------|---------|--------|------------------|-------------|-----------------------|
|                    |                                                                      |               | всего    | в т.ч. | всего   | в т.ч. |                  |             |                       |
| Завтрак            |                                                                      |               |          |        |         |        |                  |             |                       |
| 4/4                | Каша кукурузная<br>молочная с маслом<br>сливочным                    | 200           | 3,1      | 3      | 5,26    | 0      | 8,89             | 92,57       | 3,26                  |
| 32/10              | Кофейный напиток с<br>молоком (вариант 2)                            | 180           | 3        | 2,67   | 2,38    | 0,08   | 8,81             | 67,18       | 0,49                  |
| 4/13               | Сыр (порциями)                                                       | 11            | 2,66     | 2,66   | 2,69    | 0      | 0                | 35,48       | 0,07                  |
| -                  | Хлеб пшеничный                                                       | 30            | 1,98     | 0      | 0,2     | 0,2    | 14,07            | 67,17       | 0                     |
| -                  | Яблоки                                                               | 150           | 0,6      | 0      | 0,6     | 0,6    | 17,4             | 73,02       | 15                    |
| Итого за 'Завтрак' |                                                                      | 571           | 11,35    | 8,33   | 11,13   | 0,88   | 49,17            | 335,4       | 18,82                 |
| Обед               |                                                                      |               |          |        |         |        |                  |             |                       |
| 6/1                | Салат из белокочанной<br>капусты с морковью и<br>растительным маслом | 60            | 0,92     | 0      | 3,58    | 3,58   | 5,59             | 55,62       | 20,32                 |
| 34/2               | Уха рыбацкая                                                         | 200           | 7,51     | 6,27   | 2,03    | 0,24   | 11,99            | 94,87       | 1,34                  |
| 53/8               | Запеканка<br>картофельная,<br>фаршированная<br>отварным мясом        | 230           | 14,76    | 11,53  | 25,67   | 2,67   | 33,62            | 422,3       | 16,56                 |
| 7/11               | Соус сметанный                                                       | 30            | 0,38     | 0,22   | 2,32    | 0,02   | 1,33             | 27,82       | 0,01                  |
| 6/10               | Компот из<br>сухофруктов (вариант<br>2)                              | 180           | 0,46     | 0      | 0,03    | 0,03   | 10,43            | 39,42       | 0,14                  |
| -                  | Хлеб пшеничный                                                       | 25            | 1,65     | 0      | 0,16    | 0,16   | 11,73            | 55,98       | 0                     |
| -                  | Хлеб ржаной                                                          | 35            | 2,31     | 0      | 0,42    | 0,42   | 14,59            | 67,68       | 0                     |
| Итого за 'Обед'    |                                                                      | 760           | 27,98    | 18,02  | 34,21   | 7,11   | 89,28            | 763,7       | 38,37                 |
| Полдник            |                                                                      |               |          |        |         |        |                  |             |                       |
| 2/12               | Булочка творожная                                                    | 70            | 8,41     | 3,81   | 8,82    | 7,54   | 34,26            | 249,1       | 0,1                   |
| 30/10              | Чай с молоком                                                        | 180           | 2,83     | 2,71   | 2,37    | 0,03   | 13,37            | 83,61       | 0,5                   |
| Итого за 'Полдник' |                                                                      | 250           | 11,24    | 6,52   | 11,18   | 7,57   | 47,63            | 332,7       | 0,59                  |
| Итого за день      |                                                                      |               | 50,57    | 32,86  | 56,52   | 15,56  | 186,09           | 1432        | 57,78                 |

09.10.2025      МЕНЮ      Ранний возраст

Утверждаю:

Заведующий БМАДОУ №41

Садовникова Н.А.



| Но-<br>мер<br>реп. | Прием пищи,<br>наименование изделий<br>(блюд)                        | Вы-<br>ход, г | Белки, г |        | Жиры, г |        | Угле-<br>воды, г | ЭЦ,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------|----------|--------|---------|--------|------------------|-------------|-----------------------|
|                    |                                                                      |               | всего    | в т.ч. | всего   | в т.ч. |                  |             |                       |
| Завтрак            |                                                                      |               |          |        |         |        |                  |             |                       |
| 4/4                | Каша кукурузная<br>молочная с маслом<br>сливочным                    | 150           | 2,61     | 2,55   | 4,43    | 0      | 7,11             | 76,66       | 2,48                  |
| 32/10              | Кофейный напиток с<br>молоком (вариант 2)                            | 170           | 3,04     | 2,79   | 2,47    | 0,06   | 8,78             | 68,07       | 0,51                  |
| 4/13               | Сыр (порциями)                                                       | 9             | 2,18     | 2,18   | 2,2     | 0      | 0                | 29,03       | 0,06                  |
| -                  | Хлеб пшеничный                                                       | 25            | 1,65     | 0      | 0,16    | 0,16   | 11,73            | 55,98       | 0                     |
| -                  | Яблоки                                                               | 150           | 0,6      | 0      | 0,6     | 0,6    | 17,4             | 73,02       | 15                    |
| Итого за 'Завтрак' |                                                                      | 504           | 10,08    | 7,52   | 9,87    | 0,82   | 45,02            | 302,8       | 18,05                 |
| Обед               |                                                                      |               |          |        |         |        |                  |             |                       |
| 6/1                | Салат из белокочанной<br>капусты с морковью и<br>растительным маслом | 40            | 0,61     | 0      | 2,39    | 2,39   | 3,73             | 37,08       | 13,54                 |
| 34/2               | Уха рыбацкая                                                         | 180           | 8,37     | 7,26   | 2,09    | 0,21   | 10,8             | 94,21       | 1,21                  |
| 7/11               | Соус сметанный                                                       | 30            | 0,39     | 0,23   | 2,42    | 0,02   | 1,35             | 28,93       | 0,01                  |
| 53/8               | Запеканка<br>картофельная,<br>фаршированная<br>отварным мясом        | 200           | 12,7     | 9,88   | 22,51   | 2,32   | 29,23            | 368,4       | 14,4                  |
| 6/10               | Компот из<br>сухофруктов (вариант<br>2)                              | 150           | 0,38     | 0      | 0,02    | 0,02   | 8,69             | 32,85       | 0,12                  |
| -                  | Хлеб пшеничный                                                       | 20            | 1,32     | 0      | 0,13    | 0,13   | 9,38             | 44,78       | 0                     |
| -                  | Хлеб ржаной                                                          | 30            | 1,98     | 0      | 0,36    | 0,36   | 12,51            | 58,01       | 0                     |
| Итого за 'Обед'    |                                                                      | 650           | 25,75    | 17,37  | 29,92   | 5,45   | 75,69            | 664,2       | 29,29                 |
| Полдник            |                                                                      |               |          |        |         |        |                  |             |                       |
| 2/12               | Булочка творожная                                                    | 70            | 8,24     | 3,63   | 8,79    | 7,54   | 34,18            | 247,8       | 0,09                  |
| 30/10              | Чай с молоком                                                        | 150           | 2,19     | 2,13   | 1,85    | 0,01   | 10,91            | 67,05       | 0,39                  |
| Итого за 'Полдник' |                                                                      | 220           | 10,43    | 5,76   | 10,64   | 7,55   | 45,09            | 314,8       | 0,48                  |
| Итого за день      |                                                                      |               | 46,27    | 30,65  | 50,43   | 13,83  | 165,8            | 1282        | 47,81                 |

09.10.2025

Безмолочное

МЕНЮ

Ранний возраст

Утверждаю:

Заведующий БМАДОУ №41

Садовникова Н.А.



| Но-<br>мер<br>реп. | Прием пищи,<br>наименование изделий<br>(блюд)                                 | Вы-<br>ход, г | Белки, г |        | Жиры, г |        | Угле-<br>воды, г | ЭЦ,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------|--------|---------|--------|------------------|-------------|-----------------------|
|                    |                                                                               |               | всего    | в т.ч. | всего   | в т.ч. |                  |             |                       |
| Завтрак            |                                                                               |               |          |        |         |        |                  |             |                       |
| 4/4                | Каша кукурузная с<br>растит. маслом<br>безмолочная                            | 150           | 0,21     | 0      | 3,33    | 3,75   | 3,28             | 42,31       | 2,03                  |
|                    | Джем                                                                          | 20            | 0,1      | 0      | 0       | 0      | 14,38            | 55,03       | 0,48                  |
| -                  | Хлеб пшеничный                                                                | 25            | 1,65     | 0      | 0,16    | 0,16   | 11,73            | 55,98       | 0                     |
| 27/10              | Чай                                                                           | 150           | 0,12     | 0      | 0,03    | 0,03   | 7,42             | 28,86       | 0                     |
| -                  | Яблоки                                                                        | 150           | 0,6      | 0      | 0,6     | 0,6    | 17,4             | 73,02       | 15                    |
| Итого за 'Завтрак' |                                                                               | 495           | 2,69     | 0      | 4,13    | 4,54   | 54,2             | 255,2       | 17,5                  |
| Обед               |                                                                               |               |          |        |         |        |                  |             |                       |
| 6/1                | Салат из белокочанной<br>капусты с морковью и<br>растительным маслом          | 40            | 0,61     | 0      | 2,39    | 2,39   | 3,73             | 37,08       | 13,54                 |
| 34/2               | Уха рыбацкая<br>безмолочное меню                                              | 180           | 6,32     | 5,22   | 2,45    | 2,16   | 10,77            | 89,15       | 1,21                  |
| 53/8               | Запеканка<br>картофельная,<br>безмолочная,<br>фаршированная<br>отварным мясом | 200           | 19,03    | 16,61  | 14,8    | 2,32   | 29,4             | 324,9       | 14,4                  |
| 6/10               | Компот из<br>сухофруктов (вариант<br>2)                                       | 150           | 0,38     | 0      | 0,02    | 0,02   | 8,69             | 32,85       | 0,12                  |
| -                  | Хлеб пшеничный                                                                | 20            | 1,32     | 0      | 0,13    | 0,13   | 9,38             | 44,78       | 0                     |
| -                  | Хлеб ржаной                                                                   | 30            | 1,98     | 0      | 0,36    | 0,36   | 12,51            | 58,01       | 0                     |
| Итого за 'Обед'    |                                                                               | 620           | 29,65    | 21,83  | 20,15   | 7,37   | 74,48            | 586,8       | 29,27                 |
| Полдник            |                                                                               |               |          |        |         |        |                  |             |                       |
| 8/12               | Сдоба обыкновенная<br>безмолочное меню                                        | 70            | 6,02     | 0,35   | 4,08    | 4,25   | 38,88            | 215,1       | 0                     |
| 27/10              | Чай                                                                           | 170           | 0,14     | 0      | 0,04    | 0,04   | 8,41             | 32,71       | 0                     |
| Итого за 'Полдник' |                                                                               | 240           | 6,15     | 0,35   | 4,11    | 4,29   | 47,29            | 247,8       | 0                     |
| Итого за день      |                                                                               |               | 38,49    | 22,18  | 28,39   | 16,2   | 175,97           | 1090        | 46,77                 |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816896

Владелец Садовникова Наталья Александровна

Действителен с 04.07.2025 по 04.07.2026