



Утверждаю
Заведующий МАДОУ –
детский сад № 541
Шинкаренко С.Б.
Приказ № 145 от 09.01.2025г.

ОСНОВНОЕ

(организованное) меню для воспитанников МАДОУ -детский сад № 541,
включающее горячее питание на 2025 год

(сад)

Для детей 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 10,5 часов

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ – детский сад № 541

Приказ № 1-43 от 09.01.2020

Щинкаренко С.Б.

	Понедельник	№ Т.К.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Витамин С	Итого				
Завтрак	8.00	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	4.8/4	200	6,40	7,40	27,20	206,00	0,40	478			
			4.13/10	200	3,60	3,30	22,80	135,00	0,50				
			4.4/13	30/5/10	5,00	6,60	14,10	137,00	0,10				
	10.00	Сок	4.20/10	100	0,40	0,4	9,8	49	10	49			
Обед	12.00	Салат из отварной свеклы с соленым огурцом	4.23/1	60,00	1,30	6,00	6,00	86,00	2,40	714,17			
			4.11/2	200,00	2,50	5,40	16,60	131,00	7,20				
			4.37/8	200,00	14,88	13,98	31,30	336,08	14,40				
			4.6/11	20,00	0,23	1,62	0,80	21,09					
			4.15/10	200,00	0,20	0,10	13,10	56,00	39,00				
			4.7/13	50,00	1,30	0,10	9,30	45,00	0,00				
			4.8/13	50,00	1,30	0,20	6,70	39,00	0,00				
Полдник	15.15	Запеканка из творога с морковью	4.13/5	150	24,10	18,50	31,10	392,00	0,60	487,00			
			4.12/10	200	2,90	3,20	14,40	95,00	0,50				
		1 неделя	Итого за 1 день	61,21	63,20	203,20	1728,17		1728,17				

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ – детский сад № 541

Приказ № 1-45 от 08.01.2015

Шинкаренко С.Б.

	Вторник	№ Т.К.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Витамин		Итого
								С	С	
Завтрак	8.00	4.21/2	200	6,60	7,50	19,50	172,00	0,90		444
		4.14/10	200	3,60	3,30	22,80	135,00	0,50		
		4.4/13	30/5/10	5,00	6,60	14,10	137,00	0,10		
	10.00	4.20/10	100	0,50	0,1	10	46	10		141
		4.19/10	100	1,50	0,5	21	95			
Обед	12.00	4.30/1	60,00	1,40	6,10	9,50	101,00	4,10		934,09
		4.30/2	200,00	9,90	4,90	13,50	142,00	1,70		
		4.20/8	80,00	13,90	13,70	13,30	236,00	3,30		
		4.45/3	150,00	4,80	4,20	49,00	262,00	0,00		
		4.6/11	20,00	11,80	72,90	41,00	21,09	0,30		
		4.6/10	200,00	1,00	0,10	19,80	88,00	0,30		
		4.7/13	50,00	1,30	0,10	9,30	45,00	0,00		
		4.8/13	50,00	1,30	0,20	6,70	39,00	0,00		
Полдник	15.15	7.н016	180	19,30	10,02	3,58	207,10	0,60		302,10
		4.12/10	200	2,90	3,20	14,40	95,00	0,50		
		Итого за 1 день		70,10	56,92	212,08	1821,19			

	Среды	№ Т.К.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Витамин С	Итого
Завтрак	Каша гречневая на натуральном молоке	4.2/4	200	7,80	8,00	30,20	233,00	0,50	505
		4.14/10	200	3,60	3,30	22,80	135,00	0,50	
		4.4/13	30/5/10	5,00	6,60	14,10	137,00	0,10	
10.00	Фрукты	4.19/10	100	0,40	0,4	9,8	49	10	
Обед	Салат из капусты с кукурузой	4.27/1	60,00	1,60	6,00	8,40	97,00	30,70	758,00
		4.5/2	200,00	1,90	5,20	9,00	95,00	10,80	
	Картофельное пюре	4.3/3	150,00	16,60	17,40	8,10	257,00	7,30	
		4.8/8	100,00	4,10	4,90	27,20	177,00	0,80	
	Компот из ягод	4.6/10	200,00	0,20	0,00	11,90	48,00	1,20	
	Хлеб пшеничный	4.7/13	50,00	1,30	0,10	9,30	45,00	0,30	
Хлеб ржаной	4.8/13	50,00	1,30	0,20	6,70	39,00	0,00		
15.00	Кефир/ряженка/ "Тема"	4.79/1	200	5,80	6,40	8,00	117,00	1,40	552,00
15.15	Запеканка из творога с изюмом	4.11/5	200	32,30	18,40	34,00	435,00	0,40	
1	Итого за 1 день			43,90	47,30	129,90	1767,00	0,50	1815,00

УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МАДОУ Детский сад № 541
 Приказ № 1/15 от 09.01.2015
 Шинкаренко С.Б.

	Четверг	№ Т.К.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Витамин С	Итого
Завтрак	Каша пшеничная на натуральном молоке	4.11/4	200	6,50	6,60	31,20	214,00	0,40	446
	Чай с молоком	4.12/10	200	2,90	3,20	14,40	95,00	0,50	
	Батон с маслом и сыром	4.4/13	30/5/10	5,00	6,60	14,10	137,00	0,10	
Обед	Сок	4.20/10	100	0,50	0,4	9,8	49	10	98
	Фрукты	4.19/10	100	1,50	0,5	21	49		
	Салат из свеклы	4.20/1	60,00	1,40	6,00	6,80	90,00	1,90	
Обед	Суп крестьянский с крупой со сметаной	4.31/2	200,00	2,30	5,90	13,20	121,00	8,00	655,00
	Котлета(биточки) из мяса кур	4.5/9	80,00	14,80	12,40	9,10	209,00	0,30	
	Пюре картофельное с морковью	4.4/3	150,00	3,70	4,70	21,80	152,00	5,50	
	Компот из чернослива и изюма	4.5/10	200,00	0,40	0,10	21,50	89,00	0,20	
	Хлеб пшеничный	4.7/13	50,00	1,30	0,20	6,70	39,00	0,00	
	Хлеб ржаной	4.8/13	50,00	1,30	0,10	9,30	45,00	0,00	
Полдник	Омлет паровой запеченый	4.2/6	200	19,50	21,20	3,40	282,00	0,30	320,00
	Чай с сахаром	4.10/10	200	0,10	0,00	9,80	38,00	0,00	
1 НЕДЕЛЯ		Итого за 1 день							1519,00

	Пятница	№ Т.К.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Витамин С	Итого
Завтрак	Каша ячневая на натуральном молоке	4.15/4	200	6,00	5,30	30,70	201,00	0,42	440
	Кофейный напиток на натуральном молоке	4.13/10	200	3,31	3,38	14,00	102,00	0,47	
	Батон с маслом и сыром	4.14/13	30/5/10	5,00	6,60	14,10	137,00	0,10	
Обед	Сок	4.20/10	100	0,50	0,1	10	46		141
	Фрукты	4.19/10	100	1,50	0,5	21	95		
	Салат из капусты с морковью	4.5/1	60,00	1,50	6,00	7,50	93,00	33,90	
Обед	Борщ со сметаной	4.2/2	200,00	1,90	5,20	9,00	95,00	8,65	694,86
	Рагу из мяса говядины	4.6/8	200,00	14,00	12,30	18,00	245,00	5,30	
	Компот из сухофруктов	4.6/10	200,00	0,10		13,62	56,86	45,17	
	Хлеб пшеничный	4.7/13	50,00	3,50		20,00	115,00		
	Хлеб ржаной	4.8/13	50,00	3,50		21,00	90,00		
Полдник	Лапшевник из творога	4.3/5	200	16,10	13,00	48,90	385,00	1,00	480,00
	Чай с молоком	4.10/10	200	2,90	3,20	14,40	95,00		
	Итого за 1 день			56,91	52,38	242,22	1755,86		

	Понедельник	№ Т.К.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Витамин С	Итого
Завтрак	Каша манная на натуральном молоке	4.5/4	200	5,30	5,10	28,40	183,00	0,40	382
	Чай на натуральном молоке	4.12/10	200	2,90	3,20	14,40	95,00	0,50	
	Батон/хлеб с сыром	4.3/13	30/10	4,90	2,90	14,00	104,00	0,10	
10.00	Сок	4.20/10	200	0,50	0,1	10	49		49
Обед	Салат из отварного картофеля и зеленого горошка	4.32/1	100,00	3,10	7,30	10,40	124,00	6,80	717,00
	Щи со сметаной	4.6/2	200,00	1,80	3,00	7,50	68,00	13,60	
	Плов из мяса говядины	4.5/8	200,00	16,35	13,20	47,60	385,00	0,90	
	Напиток шиповника	4.15/10	200,00	0,20	0,10	13,10	56,00	39,00	
	Хлеб пшеничный	4.7/13	50,00	1,30	0,10	9,30	45,00		
	Хлеб ржаной	4.8/13	50,00	1,30	0,20	6,70	39,00		
Полдник	15.15								584,00
	Пудинг из творога	4.17/5	100	28,70	21,00	39,30	467,00		
	Кефир/йогурт/ бифидок	4.79/1	200	5,80	6,40	8,00	117,00		
	Джем , повидло		10						
	2 НЕДЕЛЯ	Итого за 1день		66,35	55,80	208,70	1732,00		1732,00

	Вторник	№ Т.К.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Витамин С	Итого
Завтрак	Каша рисовая на натуральном молоке	4.7/4	200	5,00	7,00	31,20	210,00	0,50	482
	Какао на натуральном молоке	4.14/10	200	3,60	3,30	22,80	135,00	0,50	
	Батон с маслом и сыром	4.4/13	30/5/10	5,00	6,60	14,10	137,00	0,10	
10.00	Сок	4.20/10	100	0,40	0,4	9,8	49	10	98
	Фрукты	4.19/10	100	0,40	0,4	9,8	49	10	
Обед	Салат из отварного картофеля и зеленого горошка	4.32/1	100,00	3,10	7,30	10,40	124,00	6,80	895,00
	Суп картофельный с рыбой	4.19/2	200,00	10,30	7,50	17,80	186,00	2,20	
	Суфле мясное	4.26/8	80,00	22,80	18,00	3,20	266,00	0,20	
	Рагу из разных овощей	4.18/3	150,00	3,30	5,30	19,50	147,00	14,20	
	Компот из сухофруктов	4.6/10	200,00	1,00	0,10	19,80	88,00	0,30	
	Хлеб пшеничный	4.7/13	50,00	1,30	0,10	9,30	45,00	0,00	
	Хлеб ржаной	4.8/13	50,00	1,30	0,20	6,70	39,00	0,00	
Полдник	Рыба с овощами	4.4/7	120	14,80	9,90	4,90	170,00	1,50	208,00
	Чай с сахаром	4.10/10	200	0,10	0,00	9,80	38,00	0,00	
2 НЕДЕЛЯ		Итого за 1 день		72,30	65,70	189,10	1683,00		1683,00

	Среды	№ Т.К.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Витамин С	Итого
Завтрак	Суп молочный с лапшой	4.21/2	200	6,60	7,50	19,50	172,00	0,90	405
	Кофейный на натуральном молоке	4.13/10	200	3,10	3,20	14,40	96,00	0,50	
	Батон с маслом с сыром	4.4/13	30/5/10	5,00	6,60	14,10	137,00	0,10	
10.00	Сок	4.20/10	100	0,40	0,4	9,8	49	10	98
	Фрукты	4.19/10	100	0,40	0,5	9,8	49	10	
Обед	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	4.20/1	60,00	1,40	6,00	6,80	90,00	1,90	932,00
	Суп-пюре гороховый	4.29/2	200,00	6,80	2,50	18,90	134,00	0,60	
	Гуляш из мяса говядины	4.11/8	80,00	14,90	15,70	4,70	221,00	0,50	
	Каша гречневая с овощами	4.44/3	150,00	11,50	9,10	50,40	355,00	1,20	
	Компот из ягод	4.6/10	200,00	0,20	0,00	11,90	48,00	1,20	
	Хлеб пшеничный	4.7/13	50,00	1,30	0,10	9,30	45,00	0,00	
Хлеб ржаной	4.8/13	50,00	1,30	0,20	6,70	39,00	0,00		
15.00	Запеканка творожная	4.10/5	200	33,20	19,40	29,70	431,00	0,40	548,00
	Кефир/йогурт/бифидок	4.79/1	200	5,80	6,40	8,00	117,00	1,40	
2 НЕДЕЛЯ		Итого за 1 день		80,40	77,60	163,60	1983,00		1983,00

	Четверг	№ Т.К.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Витамин С	Итого
Завтрак	8.00	4.15/4	200	6,50	6,00	31,20	208,00	0,40	441,00
		4.13/10	200	3,10	3,20	14,40	96,00	0,50	
		4.4/13	30/5/10	5,00	6,60	14,10	137,00	0,10	
10.00		4.20/10	100	0,40	0,4	9,8	49	10	98
		4.19/10	100	0,40	0,4	9,8	49	10	
Обед	12.00	4.19/1	60,00	2,20	11,40	5,90	137,00	1,60	806,00
		4.20/2	200,00	2,40	3,80	14,60	106,00	0,50	
		4.8/3	200,00	4,70	3,80	18,10	135,00	41,70	
		4.8/9	100,00	20,30	16,70	5,80	256,00	0,30	
		4.4/10	200,00	0,70	0,00	21,20	88,00	0,20	
		4.7/13	50,00	1,30	0,10	9,30	45,00	0,00	
		4.8/13	50,00	1,30	0,20	6,70	39,00	0,00	
		Итого за 1 день			40,80	47,20	185,80	1408,00	
Полдник	15.15	4.4/6	200	12,80	11,60	16,30	224,00	1,90	319,00
		4.12/10	200	2,90	3,20	14,40	95,00	0,50	
2 неделя		Итого за 1 день		40,80	47,20	185,80	1408,00		1664,00

Пятница		№ Т.К.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	Витамины С	Итого
Завтрак	8.00	Каша кукурузная на натуральном молоке	200	3,00	6,00	8,00	98,00	2,70	331
		Кофейный напиток на натуральном молоке	200	3,10	3,20	14,40	96,00	0,50	
		Багон с маслом и сыром	30/5/10	5,00	6,60	14,10	137,00	0,10	
	10.00	4.20/10	100	0,50	0,1	10	49		49
Обед	12.00	Салат из отварного картофеля с морской капустой	60,00	1,50	8,80	10,80	131,00	3,90	916,00
		Суп пюре из разных овощей	200,00	3,20	5,00	12,20	111,00	6,90	
		Бифстроганов из говядины	100,00	4,10	4,90	27,20	257,00	0,80	
		Макаронны отварные	100,00	7,10	4,00	43,20	245,00	0,00	
		Компот из сухофруктов	200,00	1,00	0,10	19,80	88,00	0,30	
		Хлеб пшеничный	50,00	1,30	0,10	9,30	45,00	0,00	
		Хлеб ржаной	50,00	1,30	0,20	6,70	39,00	0,00	
Полдник	15.15	Сдоба обыкновенная	60	5,60	3,90	32,70	193,00	0,10	288,00
		Чай с молоком	200	2,90	3,20	14,40	95,00	0,50	
		Итого за День		29,60	38,50	165,20	1489,00		
2 НЕДЕЛЯ		1584,00							

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 3000607202440683453922886352045034287973754321

Владелец Шинкаренко Светлана Борисовна

Действителен с 03.09.2024 по 03.09.2025