

Утверждаю
Заведующая МКДОУ № 17 «Красная шапочка»
Пахомова И.А.



Меню: 24.03.2026. 2 день

	С 1 г. до 3-х лет	Ккал	С 3-х до 7 лет	Ккал
Завтрак				
Каша полбяная молочная с маслом	140/3	162,0	180/3	207,3
Бутерброд с маслом сливочным	25/5/	98,5	30/5/	111,7
Какао с молоком	180/6	90,78	180/6	90,78
10:00 Кисломолочный напиток	150	76	180	92
Обед				
Салат картофель, с морков, с сол огурц	40	20,92	60	31,38
Борщ со свежей капустой на мясном бульоне со сметаной	150/5	70,31	180/7	85,97
Гуляш из отварной говядины	30/30	132,6	40/40	176,8
Каша гречневая рассып с маслом сл	110/2	170,14	130/3	205,3
Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
Хлеб пшеничный	20	47,0	35	82,25
Компот из свежих яблок	150	85,95	180	103,14
Удотненный полдник				
Сок	200	84,44	2000	84,44
Королевская ватрушка	110/ 20	352,4	150/	404
Чай с сахаром с лимоном	150/5/5	21,78	180/ 6/ 7	26,48
Белки	52,60		62,83	
Жиры	44,62		654,23	
Углеводы	218,34		260,10	
ККАЛ	1491,89		1791,05	
Витамины	20,55		21,71	
Ст. медсестра 		Арзамасцева Т.Д.		

Утверждаю
Заведующая МКДОУ № 17 «Красная шапочка»
Пахомова И.А.



Меню: 23.02.2026. 1 день

	С 1 г. до 3-х лет	Ккал	С 3-х до 7 лет	Ккал
Завтрак				
Каша Геркулесовая молочная с маслом	140/3	185,66	180/3	238,71
Бутерброд с маслом сл, сыром	25/5/5	115,67	30/5/5	128,8
Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58	180/6	74,58
10:00 Кисломолочный напиток	150/	76,0	180/	92,0
Обед Икра кабачковая - сад			50	34,80
Салат из кукурузы к с - ясли	30	29,79		
Суп картофельный с клецками на курином б не	150/	89,36	180/	107,24
Плов из отварной птицы	150	229	200	282,55
Хлеб пшеничный	30	70,57	35	82,25
Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
Напиток из сухофруктов	150/ 5	60,0	180/ 6	72,0
Удлотненный полдник				
Фрукты свежие	100	47,0	100	47,0
Пудинг рыбный	45/15	80,0	60/ 20	106,7
Пюре картофельное	120	109,8	140	128,1
Хлеб пшеничный	30	70,57	35	82,25
Чай с сахаром	150/5	19,95	180/ 6	23,94
Печенье	20	83,4	20	83,4
Белки	52,43		59,54	
Жиры	40,81		49,49	
Углеводы	204,17		240,23	
ККАЛ	1410,58		1672,97	
Витамины	38,54		35,06	
Ст. медсестра 		Арзамасцева Т.Д.		

Утверждаю
Заведующая МБДОУ № 17 «Красная шапочка»
И.А. Пахомова И.А.



Меню: 26.03.2026. 4 день

	С 1 г. до 3-х лет	Ккал	С 3-х до 7 лет	Ккал
Каша ячневая молочная с маслом	140/3	171,47	180/3	214,8
Бутерброд с маслом сливочным	25/5/	98,5	30/5/	111,7
Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58	180/6	74,58
10:00 Кисломолочный напиток	150	76,0	180	92,0
Обед				
Салат из свеклы с яблоком	40	30,68	60	46,02
Суп картоф с пшеном б-не индейки	150/	51,45	180/	61,74
Индейка тушеная с овощами	30/30	109,8	40/30	150,9
Пюре картофельное	120	162,29	150	128,1
Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
Компот из урюка	150	56,83	180	68,2
Хлеб пшеничный	20	47,0	25	58,75
Уплотненный полдник				
Запеканка творожная с молоком сгущ	110/20	353,4	130/20	408,2
Сок	200	84,44	200	84,44
Чай с сахаром	150/5	20,1	180/ 6	24,1
Белки	53,88		62,63	
Жиры	49,77		57,44	
Углеводы	188,7		204,85	
ККАЛ	1345,5		1631,1	
Витамины	44,6		36,65	

Ст. медсестра  Арзамасцева Т.Д.

Утверждаю
Заведующая МБДОУ № 17 «Красная шапочка»
И.А. Пахомова И.А.



Меню: 25.03.2026. 3 день

	С 1 г. до 3-х лет	Ккал	С 3-х до 7 лет	Ккал
Каша «Дружба» молочная с маслом	140/3	155,56	180/3	215,9
Бутерброд с маслом слив с сыром	25/5/5	115,67	30/5/5	128,8
Чай с молоком, с сахаром	180/6	75,76	180/6	75,76
10:00 Кисломолочный напиток	150	76,0	180	92,0
Обед				
Салат из припуц морков и кураги	40	34,96	60	52,44
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150/20	90,40	180/20	104,1
Биточки «Домашние»	50	110,54	70	154,8
Макаронные изделия отварные	110/ 2	136,73	130/ 3	165,8
Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
Кисель	150/ 5	62,7	180/ 6	75,24
Хлеб пшеничный	20	47,0	30	70,5
Уплотненный полдник				
Фрукты	100	96,0	100	96,0
Омлет натуральный	130	251,03	150	289,7
Вафли	20	108,5	20	108,5
Хлеб пшеничный	25	58,75	30	70,5
Напиток из шиповника	150/ 5	26,15	180/ 6	31,38
Белки	51,94		62,61	
Жиры	60,93		73,35	
Углеводы	188,04		225,02	
ККАЛ	1514,98		1811,88	
Витамины	70,74		86,46	

Ст. медсестра  Арзамасцева Т.Д.

Утверждаю:
Заведующая МБДОУ № 17 «Красная шапочка»
И.А. Пахомова И.А.



Меню: 30.03.2026. 6 день

Завтрак	С 1 г. до 3-х лет	Ккал	С 3-х до 7 лет	Ккал
Каша жидкая молочная, гречневая	140/3	180,1	180/3	225,9
Бутерброд с маслом	25/5/	98,5	30/5/	111,7
Чай с молоком с сахаром	180/6	75,76	180/ 6	75,8
10:00 Кисломолочный напиток	150	76,0	180	92,0
Обед				
Салат из кукурузы к/с	30	29,79	50	49,65
Борщ со св капустой на курином б-не со сметаной	150/ 5	70,31	180/ 7	85,97
Жаркое по-домашнему из отварной птицы	150	177,15	200	236,2
Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
Напиток из сухофруктов	150	60	180	71,52
Удотненный полдник				
Сок	200	84,44	200	84,44
Хлеб пшеничный	25	58,8	25	58,8
Омлет натуральный	130	251,03	150	289,7
Чай с сахаром, с яблоками	150/5/10	72,89	180/6/10	28,7
Белки	47,93		57,78	
Жиры	52,48		62,76	
Углеводы	146,74		173,63	
ККАЛ	1256,12		1499,84	

Ст. медсестра

Арзамасцева Т.Д.

Утверждаю:
Заведующая МБДОУ № 17 «Красная шапочка»
И.А. Пахомова И.А.



Меню: 27.03.2026. 5 день

Завтрак	С 1 г. до 3-х лет	Ккал	С 3-х до 7 лет	Ккал
Каша манная молочная с маслом	140/3	149,3	180/3	186,3
Бутерброд с маслом слив,сыром	25/5/5	115,7	30/5/5	128,77
Чай без сахара с мармеладом	170/10	48,15	180/20	96,3
10:00 Кисломолочный напиток	150/	76,0	180 /	92,0
Обед				
Салат из зеленого горошка к/с	30	20,92	60	31,38
Суп гороховый с картофелем с мясными фрикадельками.	150/ 10/	108,6	180/10/	126,35
Тефтели мясные	50	92,46	70	129,44
Рагу из овощей	120	162,3	150/	202,86
Хлеб ржаной	40	79,2	45	89,01
Хлеб пшеничный	25	58,75	30	70,5
Компот из свежих фруктов	150	32,89	180	39,47
Удотненный полдник				
Фрукты	100	47,0	100	47,0
Рыба тушеная с овощами	40/20	196,2	50/20	105,0
Рис отварной рассыпч с маслом сл	110/2	25,86	130/ 2	192,0
Хлеб пшеничный	25	58,75	30	70,5
Чай с сахаром, с лимоном	150/5/5	21,78	180/6/7	26,48
Сушки	20	66,2	20	66,2
Белки	39,94		55,03	
Жиры	50,21		55,90	
Углеводы	208,03		237,51	
ККАЛ	1468,08		1699,75	

Ст. медсестра

Арзамасцева Т.Д.

Утверждаю:
Заведующая МБДОУ № 17 «Красная шапочка»
И.А. Пахомова И.А.



Меню: 31.03.2026. 7 день

	С 1 г. до 3-х лет	Ккал	С 3-х до 7 лет	Ккал
Завтрак				
Каша ячневая молочная с маслом	140/3	171,5	180/3	228,0
Булгур с маслом сливочным	25/5/	98,5	30/5/	111,7
Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58	180/6	74,58
10:00 Молоко кипяченое	150	85	180	92,0
Обед				
Салат из квашеной капусты	30	25,71	50	42,85
Суп картофельный с пшенной крупой с куриными фрикадельками	150/ 10	71,65	180/ 10	81,94
Биточки рубленые из рыбы	50/	89,0	80/	142,4
Пюре картофельное	120	109,8	140/	128,1
Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
Компот из свежих яблок	150	85,95	180	103,1
Уплотненный подник				
Фрукты	100/	47,0	100/	47,0
Макаронные изд отварные с сыром	110 /20	330,5	150	206,3
Напиток из шиповника	150/ 5	26,15	180/ 6	31,38
Хлеб пшеничный	20	47	30	70,57
Печенье	20	83,4	40	166,8
Белки	36,37		52,76	
Жиры	33,92		48,12	
Углеводы	158,44		234,74	
ККАЛ	1091,79		1612,76	
Витамины	114,85		137,77	

Ст. медсестра

И.А.

Арзамасцева Т.Д.