

Заведующая МБДОУ "Иванкинский детский сад "Солнышко"



Кудряшова Е.В.

01 12 25

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша геркулесовая молочная с маслом слив.	180/3	7,44	08 янв	33,8	238,71
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>409</b>	<b>13,9</b>	<b>16,31</b>	<b>59,64</b>	<b>442,06</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
Икра кабачковая	50	0,45	2,35	2,97	34,8
суп картофельный с клецками на курином бульоне, с мясом птицы	180/10	5,44	5,3	13,53	133,43
Пудинг рыбный	60/20	11,97	3,91	5,87	106,67
пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,1
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
<b>Итого</b>	<b>705</b>	<b>25,45</b>	<b>16,84</b>	<b>95,17</b>	<b>646,01</b>
<b>полдник</b>					
запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20	24,2	20,06	32,78	408,2
чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,01	23,94
фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>	<b>436</b>	<b>24,66</b>	<b>20,48</b>	<b>48,6</b>	<b>479,14</b>
<b>Всего</b>	<b>1730</b>	<b>69,24</b>	<b>58,13</b>	<b>210,97</b>	<b>1659,2</b>



Заведующая МБДОУ «Ивашкинский  
детский сад «Солнышко»  
Кудряшова Е.В.



02.12.2025

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша полбяная молочная с маслом сл.	180/3	4,81	7,85	29,38	207,32
какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>10,77</b>	<b>15,54</b>	<b>55,74</b>	<b>409,78</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
<b>Обед</b>					
салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,38
борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7	1,48	4,59	8,12	85,97
гуляш из отварной говядины	40/40	11,64	13,43	2,31	176,8
каша гречневая рассыпчатая с маслом слив.	130/3	7,62	4,16	34,47	205,27
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	72
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
<b>Итого</b>	<b>680</b>	<b>24,73</b>	<b>22,8</b>	<b>84,53</b>	<b>650,21</b>
<b>полдник</b>					
омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
Фрукты свежие (апельсин)	100	1,5	0,5	21	96
<b>Итого</b>	<b>473</b>	<b>17,85</b>	<b>25,6</b>	<b>44,63</b>	<b>482,64</b>
<b>Всего</b>	<b>1737</b>	<b>54,25</b>	<b>63,95</b>	<b>203,08</b>	<b>1618,95</b>



«Утверждаю»  
 Заведующая МБДОУ «Ивашкинский  
 детский сад «Солнышко»»  
 Кудряшова Е.В.



03.12.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/3	5,34	8,4	29,46	215,85
чай с молоком , сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с сыром маслом слив.	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>409</b>	<b>14,37</b>	<b>13,83</b>	<b>65,78</b>	<b>445,69</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)/ печенье	180/40	5,22/3,00	4,5/3,92	7,56/29,76	92/166,80
<b>Обед</b>					
салат из свежей капусты с морковью	60	0,84	3,05	5,41	52,44
суп картофельный с куриными фрикадельками	180/10	3,11	3,3	12,94	102,28
птица тушенная с овощами по-татарски	40/30	10,06	10,89	3,96	154,36
макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3	4,81	6,09	22,96	165,79
кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
<b>Итого</b>	<b>698</b>	<b>23,94</b>	<b>24,08</b>	<b>90,08</b>	<b>689,98</b>
<b>полдник</b>					
пуднг творожный запеченный с повидлом	130/20	16,71	15,51	39,07	360,2
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>17,32</b>	<b>15,76</b>	<b>45,75</b>	<b>391,58</b>
<b>Всего</b>	<b>1663</b>	<b>63,86</b>	<b>62,09</b>	<b>238,93</b>	<b>1786,05</b>



Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудряцова Е.В.



04.12.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,04	5,54	30,04	214,8
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	128,68
<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>11,18</b>	<b>12,45</b>	<b>55,88</b>	<b>401,06</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
<b>Обед</b>					
салат из свеклы с яблоками	60	0,65	3,1	3,86	46,02
суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне, с мясом говядины	180/10	4,22	2,33	8,77	76,57
котлеты рыбные	70	8,99	4,26	7,82	101,72
пюре картофельное с маслом слив.	140/3	2,88	6,65	19,12	147,9
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	40/30	2,64/2,28	0,48/0,24	15,86/14,76	79,28/70,50
<b>Итого</b>	<b>713</b>	<b>22,06</b>	<b>17,08</b>	<b>86,79</b>	<b>590,85</b>
<b>полдник</b>					
вак балиш с рисом и мясом	90	7,02	10,35	28,62	234,63
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
Фрукты свежие(апельсин)	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>	<b>376</b>	<b>7,48</b>	<b>10,77</b>	<b>44,44</b>	<b>305,73</b>
<b>Всего</b>	<b>1673</b>	<b>41,63</b>	<b>40,3</b>	<b>205,29</b>	<b>1373,3</b>



Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудряшова Е.В.



05.12.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша манная моллочная с маслом сливочным	180/3	5,45	5,3	29,08	186,3
чай без сахара, с мармеладом	180/20	0,09	0,02	23,84	96,3
Бутерброд с сыром маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>423</b>	<b>9,15</b>	<b>11,15</b>	<b>68,41</b>	<b>411,37</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (ряженка)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,38
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками	180/10	5,95	4,97	11,98	126,35
Тефтели мясные	70	8,1	7,29	7,87	129,44
Рагу из овощей	150	2,53	15,7	12,29	202,86
компот из свежих фруктов	180	0,2	0,11	8,93	39,47
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
<b>Итого</b>	<b>715</b>	<b>22,12</b>	<b>28,79</b>	<b>76,67</b>	<b>669,37</b>
<b>полдник</b>					
Элеш с птицей	100	10,9	14	22,3	245
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
Йогурт	180				
<b>Итого</b>	<b>473</b>	<b>11,93</b>	<b>14,03</b>	<b>46,71</b>	<b>347,8</b>
<b>Всего</b>	<b>1791</b>	<b>48,42</b>	<b>58,47</b>	<b>199,34</b>	<b>1520,54</b>



Утверждаю  
Заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
детский сад "Солнышко"  
Кулашова Е.В.



08.12.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша пшенная моллчная с маслом сливочным	180/3	5,17	5,33	24,92	184,24
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>10,49</b>	<b>12,23</b>	<b>50,89</b>	<b>371,68</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок разливной	180	0,9		18,18	76,32
<b>Обед</b>					
салат из кукурузы к/с	50	1,44	3,09	4,02	49,65
борщ со свежей капустой, скартофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7	1,48	4,59	8,12	85,97
жаркое по домашнему из отварной птицы	200	15,67	10,64	19,6	236,2
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	71,52
хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
<b>Итого</b>	<b>657</b>	<b>21,82</b>	<b>18,88</b>	<b>64,4</b>	<b>522,62</b>
<b>полдник</b>					
Омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
чай с сахаром, с яблоком	180/6/10	0,11	0,06	6,99	28,7
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Кондитерское изделие(печенье)	20	1,5	1,96	14,88	83,4
<b>Итого</b>	<b>396</b>	<b>17,83</b>	<b>27,09</b>	<b>39,27</b>	<b>472,26</b>
<b>Всего</b>	<b>1637</b>	<b>51,05</b>	<b>58,2</b>	<b>172,74</b>	<b>1442,88</b>



Утверждаю  
Заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
детский сад "Солнышко"

Кудряшова Е.В.

09.12.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,04	5,54	30,04	214,8
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>11,18</b>	<b>12,45</b>	<b>55,88</b>	<b>401,06</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (катык)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
салат из квашенной капусты	50	0,85	2,5	4,23	42,85
суп картофельный с гречневой крупой, с куриными фрикадельками	180/10	2,84	3,21	9,52	81,94
биточки рубленые из рыбы	80	9,76	6,21	11,74	142,4
Пюре картофельное с маслом сливочным	140/3	2,88	6,65	19,12	147,9
компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
<b>Итого</b>	<b>678</b>	<b>18,79</b>	<b>19,14</b>	<b>83,57</b>	<b>587,6</b>
<b>полдник</b>					
Макаронные изделия отварные с сыром	150	10,38	8,89	21,29	206,33
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
<b>Итого</b>	<b>366</b>	<b>13,27</b>	<b>9,38</b>	<b>42,74</b>	<b>308,28</b>
<b>Всего</b>	<b>1628</b>	<b>48,46</b>	<b>45,46</b>	<b>189,75</b>	<b>1388,94</b>




  
 Заведующая МБДОУ Иванский
   
 детский сад Солнышко
   
 Кудряшова Е.В.

10.12. 2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3	7,44	8,07	33,8	238,71
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>13,4</b>	<b>15,76</b>	<b>60,16</b>	<b>441,17</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
<b>Обед</b>					
салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,38
щи со свежей капустой и картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7	3,24	5,19	5,07	84,8
тефтели мясные в томатном соусе	60/20	7,18	7,09	8,34	125,85
гороховое пюре	130	11,79	2,96	30,29	196,94
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
<b>Итого</b>	<b>687</b>	<b>26</b>	<b>15,8</b>	<b>83,13</b>	<b>586,45</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
сметанник	75	3,99	8,34	19,85	171,28
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
Фрукты свежие(яблоки)	100	1,5	0,5	21	96
<b>Итого</b>	<b>361</b>	<b>5,55</b>	<b>8,86</b>	<b>46,87</b>	<b>291,38</b>
<b>Всего</b>	<b>1632</b>	<b>45,86</b>	<b>40,42</b>	<b>208,34</b>	<b>1395,34</b>



Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудряшова Е.В.



11.12.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/3	5,35	5,41	38,57	225
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>409</b>	<b>11,99</b>	<b>13,63</b>	<b>64,54</b>	<b>429,53</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75,06
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	180	1,85	3,99	8,37	83,34
биточки домашние	70	10,38	8,1	14,95	154,75
картофель запеченный	140	3,8	8,25	29,53	212,8
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	71,52
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
<b>Итого</b>	<b>695</b>	<b>22,06</b>	<b>27,1</b>	<b>102,68</b>	<b>737,41</b>
<b>полдник</b>					
расстегай с рыбой	100	11,5	9,5	25	220
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>	<b>393</b>	<b>12,03</b>	<b>9,93</b>	<b>41,03</b>	<b>293,48</b>
<b>Всего</b>	<b>1677</b>	<b>51,3</b>	<b>55,17</b>	<b>215,8</b>	<b>1552,42</b>




  
 Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Ивановская Е.В.

12. 12. 2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	7,73	5,6	39,81	241,16
чай с сахаром, с яблоком	180/6/10	0,11	0,06	6,99	28,7
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>414</b>	<b>10,13</b>	<b>10,16</b>	<b>62,29</b>	<b>381,54</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
<b>Обед</b>					
салат из зеленого горошка к/с	50	1,49	2,59	3,13	41,8
суп картофельный с рисовой крупой, с куриными фрикадельками	180/10	4,22	2,33	8,77	76,57
капуста тушенная с мясом	185	8,58	10,87	16,41	205,1
компот из свежих фруктов	180	0,2	0,11	8,93	39,47
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
<b>Итого</b>	<b>675</b>	<b>19,41</b>	<b>16,62</b>	<b>67,87</b>	<b>512,79</b>
<b>полдник</b>					
королевская ватрушка	150	18,44	10,96	58,36	404
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
фрукты свежие (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43
<b>Итого</b>	<b>436</b>	<b>19,95</b>	<b>11,41</b>	<b>73,14</b>	<b>478,38</b>
<b>Всего</b>	<b>1705</b>	<b>50,4</b>	<b>38,1893</b>	<b>221,03</b>	<b>1449,03</b>



Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский детский сад "Солнышко"  
 Кудряшова Е.В.



15. 12. 2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша геркулесовая молочная с маслом слив.	180/3	7,44	08 янв	33,8	238,71
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>409</b>	<b>13,9</b>	<b>16,31</b>	<b>59,64</b>	<b>442,06</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
Икра кабачковая	50	0,45	2,35	2,97	34,8
суп картофельный с клецками на курином бульоне, с мясом птицы	180/10	5,44	5,3	13,53	133,43
Пудинг рыбный	60/20	11,97	3,91	5,87	106,67
пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,1
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
<b>Итого</b>	<b>705</b>	<b>25,45</b>	<b>16,84</b>	<b>95,17</b>	<b>646,01</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20	24,2	20,06	32,78	408,2
чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,01	23,94
фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>	<b>436</b>	<b>24,66</b>	<b>20,48</b>	<b>48,6</b>	<b>479,14</b>
<b>Всего</b>	<b>1730</b>	<b>69,24</b>	<b>58,13</b>	<b>210,97</b>	<b>1659,2</b>



«Утверждаю»  
 Заведующая МБДОУ «Ивашкинский  
 детский сад «Солнышко»  
 Кудряшова Е.В.



16. 12. 2025

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша полбяная молочная с маслом сл. какао с молоком	180/3	4,81	7,85	29,38	207,32
бутерброд с маслом сливочным	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
Итого	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>10,77</b>	<b>15,54</b>	<b>55,74</b>	<b>409,78</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
<b>Обед</b>					
салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,38
борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7	1,48	4,59	8,12	85,97
гуляш из отварной говядины	40/40	11,64	13,43	2,31	176,8
каша гречневая рассыпчатая с маслом слив.	130/3	7,62	4,16	34,47	205,27
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	72
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
<b>Итого</b>	<b>680</b>	<b>24,73</b>	<b>22,8</b>	<b>84,53</b>	<b>650,21</b>
<b>полдник</b>					
омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
Фрукты свежие (апельсин)	100	1,5	0,5	21	96
<b>Итого</b>	<b>473</b>	<b>17,85</b>	<b>25,6</b>	<b>44,63</b>	<b>482,64</b>
<b>Всего</b>	<b>1737</b>	<b>54,25</b>	<b>63,95</b>	<b>203,08</b>	<b>1618,95</b>





17. 12. 2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/3	5,34	8,4	29,46	215,85
чай с молоком , сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с сыром маслом слив.	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>409</b>	<b>14,37</b>	<b>13,83</b>	<b>65,78</b>	<b>445,69</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)/ печенье	180/40	5,22/3,00	4,5/3,92	7,56/29,76	92/166,80
<b>Обед</b>					
салат из свежей капусты с морковью	60	0,84	3,05	5,41	52,44
суп картофельный с куриными фрикадельками	180/10	3,11	3,3	12,94	102,28
птица тушеная с овощами по-татарски	40/30	10,06	10,89	3,96	154,36
макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3	4,81	6,09	22,96	165,79
кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
<b>Итого</b>	<b>698</b>	<b>23,94</b>	<b>24,08</b>	<b>90,08</b>	<b>689,98</b>
<b>полдник</b>					
пуднг творожный запеченный с повидлом	130/20	16,71	15,51	39,07	360,2
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>17,32</b>	<b>15,76</b>	<b>45,75</b>	<b>391,58</b>
<b>Всего</b>	<b>1663</b>	<b>63,86</b>	<b>62,09</b>	<b>238,93</b>	<b>1786,05</b>



Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудряшова Е.В.



18. 12. 2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,04	5,54	30,04	214,8
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	128,68
<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>11,18</b>	<b>12,45</b>	<b>55,88</b>	<b>401,06</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
<b>Обед</b>					
салат из свеклы с яблоками	60	0,65	3,1	3,86	46,02
суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне, с мясом говядины	180/10	4,22	2,33	8,77	76,57
котлеты рыбные	70	8,99	4,26	7,82	101,72
пюре картофельное с маслом слив.	140/3	2,88	6,65	19,12	147,9
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	40/30	2,64/2,28	0,48/0,24	15,86/14,76	79,28/70,50
<b>Итого</b>	<b>713</b>	<b>22,06</b>	<b>17,08</b>	<b>86,79</b>	<b>590,85</b>
<b>полдник</b>					
вак балиш с рисом и мясом	90	7,02	10,35	28,62	234,63
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
Фрукты свежие(апельсин)	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>	<b>376</b>	<b>7,48</b>	<b>10,77</b>	<b>44,44</b>	<b>305,73</b>
<b>Всего</b>	<b>1673</b>	<b>41,63</b>	<b>40,3</b>	<b>205,29</b>	<b>1373,3</b>




 Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудрянова Е.В.

19.12.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/3	5,45	5,3	29,08	186,3
чай без сахара, с мармеладом	180/20	0,09	0,02	23,84	96,3
Бутерброд с сыром маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>423</b>	<b>9,15</b>	<b>11,15</b>	<b>68,41</b>	<b>411,37</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (ряженка)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,38
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками	180/10	5,95	4,97	11,98	126,35
Тефтели мясные	70	8,1	7,29	7,87	129,44
Рагу из овощей	150	2,53	15,7	12,29	202,86
компот из свежих фруктов	180	0,2	0,11	8,93	39,47
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
<b>Итого</b>	<b>715</b>	<b>22,12</b>	<b>28,79</b>	<b>76,67</b>	<b>669,37</b>
<b>полдник</b>					
Элеш с птицей	100	10,9	14	22,3	245
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
Йогурт	180				
<b>Итого</b>	<b>473</b>	<b>11,93</b>	<b>14,03</b>	<b>46,71</b>	<b>347,8</b>
<b>Всего</b>	<b>1791</b>	<b>48,42</b>	<b>58,47</b>	<b>199,34</b>	<b>1520,54</b>




 Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудряшова Е.В.

22.12.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша пшенная моллчная с маслом сливочным	180/3	5,17	5,33	24,92	184,24
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>10,49</b>	<b>12,23</b>	<b>50,89</b>	<b>371,68</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок разливной	180	0,9		18,18	76,32
<b>Обед</b>					
салат из кукурузы к/с	50	1,44	3,09	4,02	49,65
борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7	1,48	4,59	8,12	85,97
жаркое по домашнему из отварной птицы	200	15,67	10,64	19,6	236,2
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	71,52
хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
<b>Итого</b>	<b>657</b>	<b>21,82</b>	<b>18,88</b>	<b>64,4</b>	<b>522,62</b>
<b>полдник</b>					
Омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
чай с сахаром, с яблоком	180/6/10	0,11	0,06	6,99	28,7
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Кондитерское изделие(печенье)	20	1,5	1,96	14,88	83,4
<b>Итого</b>	<b>396</b>	<b>17,83</b>	<b>27,09</b>	<b>39,27</b>	<b>472,26</b>
<b>Всего</b>	<b>1637</b>	<b>51,05</b>	<b>58,2</b>	<b>172,74</b>	<b>1442,88</b>



Утверждаю  
Заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
детский сад "Солнышко"

Кудряшова Е.В.

23.12.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,04	5,54	30,04	214,8
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>11,18</b>	<b>12,45</b>	<b>55,88</b>	<b>401,06</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (катык)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
салат из квашенной капусты	50	0,85	2,5	4,23	42,85
суп картофельный с гречневой крупой, с куриными фрикадельками	180/10	2,84	3,21	9,52	81,94
биточки рубленые из рыбы	80	9,76	6,21	11,74	142,4
Пюре картофельное с маслом сливочным	140/3	2,88	6,65	19,12	147,9
компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
<b>Итого</b>	<b>678</b>	<b>18,79</b>	<b>19,14</b>	<b>83,57</b>	<b>587,6</b>
<b>полдник</b>					
Макаронные изделия отварные с сыром	150	10,38	8,89	21,29	206,33
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
<b>Итого</b>	<b>366</b>	<b>13,27</b>	<b>9,38</b>	<b>42,74</b>	<b>308,28</b>
<b>Всего</b>	<b>1628</b>	<b>48,46</b>	<b>45,46</b>	<b>189,75</b>	<b>1388,94</b>



Утверждаю  
Заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
детский сад "Солнышко"  
Кудряшова Е.В.



24. 12. 2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3	7,44	8,07	33,8	238,71
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>13,4</b>	<b>15,76</b>	<b>60,16</b>	<b>441,17</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
<b>Обед</b>					
салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,38
щи со свежей капустой и картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7	3,24	5,19	5,07	84,8
тефтели мясные в томатном соусе	60/20	7,18	7,09	8,34	125,85
гороховое пюре	130	11,79	2,96	30,29	196,94
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
<b>Итого</b>	<b>687</b>	<b>26</b>	<b>15,8</b>	<b>83,13</b>	<b>586,45</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
сметанник	75	3,99	8,34	19,85	171,28
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
Фрукты свежие(яблоки)	100	1,5	0,5	21	96
<b>Итого</b>	<b>361</b>	<b>5,55</b>	<b>8,86</b>	<b>46,87</b>	<b>291,38</b>
<b>Всего</b>	<b>1632</b>	<b>45,86</b>	<b>40,42</b>	<b>208,34</b>	<b>1395,34</b>



Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудряшова Е.В.



25.12.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/3	5,35	5,41	38,57	225
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>409</b>	<b>11,99</b>	<b>13,63</b>	<b>64,54</b>	<b>429,53</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75,06
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	180	1,85	3,99	8,37	83,34
биточки домашние	70	10,38	8,1	14,95	154,75
картофель запеченный	140	3,8	8,25	29,53	212,8
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	71,52
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
<b>Итого</b>	<b>695</b>	<b>22,06</b>	<b>27,1</b>	<b>102,68</b>	<b>737,41</b>
<b>полдник</b>					
расстегай с рыбой	100	11,5	9,5	25	220
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>	<b>393</b>	<b>12,03</b>	<b>9,93</b>	<b>41,03</b>	<b>293,48</b>
<b>Всего</b>	<b>1677</b>	<b>51,3</b>	<b>55,17</b>	<b>215,8</b>	<b>1552,42</b>



Утверждаю  
Заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
детский сад "Солнышко"



Кудряшова Е.В.

26. 12. 2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	7,73	5,6	39,81	241,16
чай с сахаром, с яблоком	180/6/10	0,11	0,06	6,99	28,7
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>414</b>	<b>10,13</b>	<b>10,16</b>	<b>62,29</b>	<b>381,54</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
<b>Обед</b>					
салат из зеленого горошка к/с	50	1,49	2,59	3,13	41,8
суп картофельный с рисовой крупой, с куриными фрикадельками	180/10	4,22	2,33	8,77	76,57
капуста тушенная с мясом	185	8,58	10,87	16,41	205,1
компот из свежих фруктов	180	0,2	0,11	8,93	39,47
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
<b>Итого</b>	<b>675</b>	<b>19,41</b>	<b>16,62</b>	<b>67,87</b>	<b>512,79</b>
<b>полдник</b>					
королевская ватрушка	150	18,44	10,96	58,36	404
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
фрукты свежие (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43
<b>Итого</b>	<b>436</b>	<b>19,95</b>	<b>11,41</b>	<b>73,14</b>	<b>478,38</b>
<b>Всего</b>	<b>1705</b>	<b>50,4</b>	<b>38,1893</b>	<b>221,03</b>	<b>1449,03</b>



Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ "Иванкинский детский сад "Солнышко"  
 Кудряшова Е.В.



29.12.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша геркулесовая молочная с маслом слив.	180/3	7,44	08 янв	33,8	238,71
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>409</b>	<b>13,9</b>	<b>16,31</b>	<b>59,64</b>	<b>442,06</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
Икра кабачковая	50	0,45	2,35	2,97	34,8
суп картофельный с клецками на курином бульоне, с мясом птицы	180/10	5,44	5,3	13,53	133,43
Пудинг рыбный	60/20	11,97	3,91	5,87	106,67
пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,1
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
<b>Итого</b>	<b>705</b>	<b>25,45</b>	<b>16,84</b>	<b>95,17</b>	<b>646,01</b>
<b>полдник</b>					
запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20	24,2	20,06	32,78	408,2
чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,01	23,94
фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>	<b>436</b>	<b>24,66</b>	<b>20,48</b>	<b>48,6</b>	<b>479,14</b>
<b>Всего</b>	<b>1730</b>	<b>69,24</b>	<b>58,13</b>	<b>210,97</b>	<b>1659,2</b>



«Утверждаю»  
 Заведующая МБДОУ «Ивашкинский  
 детский сад «Солнышко»  
 Кудряшова Е.В.



30.12.2025

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша полбяная молочная с маслом сл.	180/3	4,81	7,85	29,38	207,32
какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>10,77</b>	<b>15,54</b>	<b>55,74</b>	<b>409,78</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
<b>Обед</b>					
салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,38
борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7	1,48	4,59	8,12	85,97
гуляш из отварной говядины	40/40	11,64	13,43	2,31	176,8
каша гречневая рассыпчатая с маслом слив.	130/3	7,62	4,16	34,47	205,27
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	72
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
<b>Итого</b>	<b>680</b>	<b>24,73</b>	<b>22,8</b>	<b>84,53</b>	<b>650,21</b>
<b>полдник</b>					
омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
Фрукты свежие (апельсин)	100	1,5	0,5	21	96
<b>Итого</b>	<b>473</b>	<b>17,85</b>	<b>25,6</b>	<b>44,63</b>	<b>482,64</b>
<b>Всего</b>	<b>1737</b>	<b>54,25</b>	<b>63,95</b>	<b>203,08</b>	<b>1618,95</b>