

Утверждаю

И.о.заведующий МБДОУ №
«Д/с «Шатлык»с. Миннибаево»

Сафина Л.И.

МЕНЮ

2026 г.

Завтрак:

| Наименование блюда | Масса Порции | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | Витамины | |
|---|-----------------|-------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|----------|------|
| | ясли | сад | белки | | жиры | | Угл-ды | | Ккал | | С | |
| | | | Я | С | Я | С | Я | С | ясли | сад | ясли | сад |
| <i>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</i> | 140/3 | 180/3 | 6,02 | 7,73 | 4,84 | 5,60 | 30,97 | 39,81 | 191,96 | 241,16 | 0,67 | 0,86 |
| <i>Какао с молоком</i> | 180/6 | 180/6 | 3,67 | 3,67 | 3,19 | 3,19 | 10,87 | 10,87 | 90,78 | 90,78 | 1,43 | 1,43 |
| <i>Бутерброд с маслом сливочным</i> | 25/5 | 30/5 | 1,92 | 2,29 | 4,36 | 4,50 | 12,92 | 15,49 | 98,50 | 111,68 | | |

2-ой Завтрак:

| | | | | | | | | | | | | |
|------------|-----|-----|-----|-----|------|------|-------|-------|-------|-------|-----|-----|
| <i>Сок</i> | 200 | 200 | 1,0 | 1,0 | 0,00 | 0,00 | 20,20 | 20,20 | 84,80 | 84,80 | 4,0 | 4,0 |
|------------|-----|-----|-----|-----|------|------|-------|-------|-------|-------|-----|-----|

Обед:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|-------|------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Салат из моркови с сахаром</i> | 40 | 60 | 0,55 | 0,82 | 2,09 | 3,13 | 3,43 | 5,15 | 34,64 | 51,96 | 4,80 | 7,20 |
| <i>Борщ со свежей капустой, с картофе- лем на мясном булье- не, со сметаной</i> | 150/5 | 180/7 | 1,26 | 1,48 | 3,70 | 4,59 | 6,74 | 8,12 | 70,31 | 85,97 | 6,43 | 7,71 |
| <i>Гуляш из отварной говядины</i> | 30/30 | 40/40 | 8,73 | | | | | | | | | |
| <i>Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным</i> | 110/2 | 130/3 | 6,45 | 11,64 | 10,07 | 13,43 | 1,73 | 2,31 | 132,60 | 176,80 | 0,56 | 0,74 |
| <i>Кисель</i> | 150 | 180 | 0,45 | 7,62 | 3,13 | 4,16 | 29,16 | 34,47 | 170,14 | 205,27 | 0 | 0 |
| <i>Хлеб пшеничный</i> | 25 | 35 | 1,90 | 0,54 | 0,08 | 0,09 | 13,50 | 16,18 | 62,70 | 75,24 | 0,83 | 0,99 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 35 | 45 | 2,31 | 2,66 | 0,20 | 0,28 | 12,30 | 17,22 | 58,75 | 82,25 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | 2,97 | 0,42 | 0,54 | 13,85 | 17,84 | 69,23 | 89,19 | | |

Полдник:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Кисломолочный напиток(ряженка)</i> | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,45 |
| <i>Кондитерское изделие(вафли)</i> | 20 | 20 | 0,75 | 0,75 | 6,10 | 6,10 | 12,50 | 12,50 | 108,50 | 108,50 | 0 | 0 |

Ужин:

| | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|---------|---------|-------|-------|------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Королевская ватрушка</i> | 100/30 | 120/30 | 15,98 | 18,44 | 9,50 | 10,96 | 50,58 | 58,36 | 350,13 | 404,00 | | |
| <i>Чай с сахаром и лимоном</i> | 150/5/5 | 180/6/7 | 0,10 | 0,13 | 0,2 | 0,03 | 5,18 | 6,23 | 21,78 | 26,48 | 2,24 | 2,83 |

Утверждаю
И.о.заведующий МБДОУ №
«Д/с «Шатлык»с. Миннибаево»
Сафина Л.И.

МЕНЮ

2026 г.

Завтрак

| Наименование блюда | Масса Порции | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | Витамины | |
|--|-----------------|--------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|----------|------|
| | ясли | сад | белки | | жиры | | Угл-ды | | Ккал | | С | |
| | | | Я | С | Я | С | Я | С | ясли | сад | ясли | сад |
| <i>Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным</i> | 140/3 | 180/3 | 4,24 | 5,34 | 4,92 | 8,40 | 23,38 | 29,46 | 155,56 | 215,85 | 0,60 | 0,86 |
| <i>Чай с молоком, сахаром</i> | 180/6 | 180/6 | 3,03 | 3,03 | 2,40 | 2,40 | 10,48 | 10,48 | 75,76 | 75,76 | 1,38 | 1,38 |
| <i>Бутерброд с сыром, маслом сливочным</i> | 25/5/5 | 30/5/5 | 2,53 | 3,61 | 5,69 | 5,83 | 12,92 | 15,49 | 115,67 | 128,77 | 0,07 | 0,07 |

2-ой Завтрак:

| | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|
| <i>Фрукты свежие(банан)</i> | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 9,80 | 47,00 | 47,00 | 10,00 | 10,00 |
|---------------------------------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|

Обед:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|-------|------|-------|------|------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Салат из припущенной моркови с курагой</i> | 40 | 60 | 0,59 | 0,82 | 0,04 | 3,13 | 5,73 | 5,14 | 25,68 | 51,96 | 1,83 | 7,20 |
| <i>Рассольник ленинградский на курином бульоне, со сметаной</i> | 150/6 | 180/7 | 1,37 | 2,99 | 3,95 | 8,01 | 7,40 | 25,60 | 74,07 | 198,54 | 5,05 | 6,11 |
| <i>Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным</i> | 50/2 | 70/2 | 8,70 | 12,17 | 6,20 | 8,10 | 8,10 | 11,32 | 123,20 | 167,20 | 0,45 | 0,63 |
| <i>Гороховое пюре</i> | 110 | 130 | 9,96 | 11,79 | 2,48 | 2,96 | 25,64 | 30,29 | 163,90 | 196,94 | | |
| <i>Напиток из сухофруктов</i> | 150 | 180 | 0,50 | 0,60 | 0,07 | 0,08 | 14,00 | 16,81 | 60 | 72 | 0,54 | 0,65 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 35 | 45 | 2,31 | 2,97 | 0,42 | 0,54 | 13,85 | 17,84 | 69,23 | 89,19 | 0 | 0 |

Полдник:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| <i>Кисломолочный напиток (катык)</i> | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,45 |
| <i>Сдоба обыкновенная</i> | 25 | 50 | 1,94 | 3,88 | 1,18 | 2,36 | 13,07 | 26,15 | 71 | 141 | 0 | 0 |

Ужин:

| | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|-------|--------|--------|-------|-------|
| <i>Омлет натуральный</i> | 130 | 150 | 12,08 | 13,94 | 21,52 | 24,83 | 2,29 | 2,64 | 251,03 | 289,66 | 0,25 | 0,28 |
| <i>Напиток из шиповника</i> | 150/5 | 180/6 | 0,51 | 0,61 | 0,21 | 0,25 | 5,57 | 6,68 | 26,15 | 31,38 | 36,60 | 43,92 |
| <i>Хлеб пшеничный</i> | 20 | 30 | 1,52 | 2,66 | 0,16 | 0,28 | 9,84 | 17,22 | 47,00 | 82,25 | 0,00 | 0,00 |

Утверждаю

И.о.заведующий МБДОУ №
«Д/с «Шатлык»с. Миннибаево»

Сафина Л.И.

МЕНЮ

2026г.

Завтрак:

| Наименование блюдо | Масса Порции | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | Витамин С | |
|---|-----------------|-------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|--------------|------|
| | ясли | сад | белки | | жиры | | Угл-ды | | Ккал | | С | |
| | | | Я | С | Я | С | Я | С | ясли | сад | ясли | сад |
| <i>Каша ячневая молочная с маслом сливочным</i> | 140/3 | 180/3 | 4,70 | 6,04 | 4,80 | 5,54 | 23,25 | 30,04 | 171,47 | 214,80 | | |
| <i>Кофейный напиток с молоком</i> | 180/6 | 180/6 | 2,85 | 2,85 | 2,41 | 2,41 | 10,35 | 5,99 | 74,58 | 74,58 | 1,17 | 1,17 |
| <i>Бутерброд с маслом сливочным</i> | 25/5 | 30/5 | 1,92 | 2,29 | 4,36 | 4,50 | 12,92 | 15,49 | 98,50 | 111,68 | | |

2-ой Завтрак:

| | | | | | | | | | | | | |
|------------|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| <i>Сок</i> | 200 | 200 | 1,00 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | 20,20 | 20,20 | 84,80 | 84,80 | 4,00 | 4,00 |
|------------|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|

Обед:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|-------|------|-------|------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Салат из свеклы с яблоками</i> | 40 | 60 | 0,44 | 0,65 | 3,1 | 3,1 | 2,07 | 3,86 | 30,68 | 46,02 | | |
| <i>Щи со свежей капустой,с картофелем на бульоне из индейки,со сметаной</i> | 150/5 | 180/7 | 1,11 | 1,36 | 3,70 | 4,59 | 3,94 | 4,77 | 57,00 | 70,02 | 9,59 | 8,00 |
| <i>Индейка тушеная с овощами по-татарски</i> | 30/30 | 40/30 | 4,06 | 10,76 | 4,76 | 10,11 | 19,42 | 19,42 | 136,73 | 150,93 | 0,00 | 5,00 |
| <i>Макаронные изделия отварные,с маслом сливочным</i> | 110/2 | 130/3 | 4,06 | 4,81 | 4,76 | 6,09 | 19,42 | 22,96 | 136,73 | 165,79 | 0,00 | 0,00 |
| <i>Компот из урюка</i> | 150 | 180 | 0,35 | 0,40 | 0,02 | 0,02 | 13,83 | 16,60 | 56,83 | 68,20 | 0,00 | 2,44 |
| <i>Хлеб пшеничный</i> | 20 | 35 | 1,52 | 2,66 | 0,16 | 0,28 | 9,84 | 17,22 | 47,00 | 82,25 | 0,00 | 0,00 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 35 | 45 | 2,31 | 2,97 | 0,42 | 0,54 | 13,85 | 17,84 | 69,23 | 89,19 | | |

Полдник:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|
| <i>Кисломолочный напиток (напиток ацидофильный)</i> | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,54 |
|---|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|

Ужин:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Запеканка творожная с молоком сгущённым</i> | 110/20 | 130/20 | 20,73 | 24,20 | 16,98 | 20,06 | 29,49 | 32,78 | 353,40 | 408,20 | 0,49 | 0,54 |
| <i>Чай с сахаром</i> | 150/5 | 180/6 | 0,053 | 0,06 | 0,015 | 0,02 | 5,02 | 6,02 | 20,08 | 24,10 | 0,02 | 0,03 |

Утверждаю
И.о.заведующий МБДОУ №
«Д/с «Шатлык»с. Миннибаево»
Сафина Л.И.



МЕНЮ

2026 г.

Завтрак:

| Наименование блюда | Масса Порции | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | Витамины | |
|--|-----------------|--------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|----------|------|
| | ясли | сад | белки | | жиры | | Угл-ды | | Ккал | | С | |
| | | | Я | С | Я | С | Я | С | ясли | сад | ясли | сад |
| <i>Каша жидкая молочная гречневая,с маслом сливочным</i> | 140/3 | 180/3 | 6,33 | 4,38 | 6,19 | 3,80 | 24,57 | 14,36 | 180,10 | 225,90 | 1,15 | 0,00 |
| <i>Чай без сахара с мармеладом</i> | 170/10 | 180/20 | 0,07 | 0,09 | 0,02 | 0,02 | 11,93 | 23,84 | 48,15 | 96,30 | 0,02 | 0,03 |
| <i>Бутерброд с сыром, с маслом сливочным</i> | 25/5/5 | 30/5/5 | 2,53 | 3,61 | 5,69 | 5,83 | 12,92 | 15,49 | 115,67 | 128,77 | 0,07 | 0,07 |

2-ой Завтрак:

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|
| <i>Фрукты свежие</i> | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 9,80 | 47,00 | 47,00 | 10,00 | 10,00 |
|----------------------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|

Обед:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|--------|--------|------|------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------|-------|
| <i>Салат из зеленого горошка к/с</i> | 30 | 50 | 0,89 | 1,49 | 1,55 | 2,59 | 1,88 | 3,13 | 25,08 | 41,80 | | |
| <i>Суп гороховый с картофелем,с мясными фрикадельками</i> | 150/10 | 180/10 | 5,29 | 5,95 | 4,33 | 4,97 | 10,00 | 11,98 | 108,56 | 126,35 | 3,55 | 4,24 |
| <i>Тефтели мясные</i> | 50 | 70 | 5,79 | 8,10 | 5,21 | 7,29 | 5,62 | 7,87 | 92,46 | 129,44 | 0,04 | 0,06 |
| <i>Рагу из овощей</i> | 120 | 150 | 2,02 | 2,53 | 12,56 | 15,70 | 9,83 | 12,29 | 162,29 | 202,86 | 14,3 | 17,87 |
| <i>Компот из свежих фруктов</i> | 150 | 180 | 0,17 | 0,20 | 0,09 | 0,11 | 7,44 | 8,93 | 32,89 | 39,47 | 6,16 | 7,40 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 45 | 2,64 | 2,97 | 0,48 | 0,54 | 15,84 | 17,84 | 79,20 | 89,19 | | |

Полдник:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| <i>Кисломолочный напиток (ряженка)</i> | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,45 |
| <i>Кондитерское изделие(сушки)</i> | 20 | 20 | 2,18 | 1,09 | 0,26 | | 13,76 | 15,28 | 83 | 66,20 | 0 | 0 |

Ужин:

| | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|-------------|-------------|------|------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|
| <i>Рыба тушеная с овощами</i> | 40/20 | 50/25 | 3,20 | 9,75 | 10,59 | 14,00 | 21,70 | 22,30 | 196,18 | 245,00 | 0 | 0 |
| <i>Пюре картофельное</i> | 120 | 140 | 2,45 | 2,86 | 3,84 | 4,48 | 16,35 | 19,08 | 109,80 | 128,10 | 14,53 | 16,96 |
| <i>Чай с сахаром и лимоном</i> | 150/5 /5 | 180/6 /7 | 0,10 | 0,13 | 0,02 | 0,03 | 5,18 | 6,23 | 21,78 | 26,48 | 2,24 | 2,83 |
| <i>Хлеб пшеничный</i> | 20 | 35 | 1,52 | 2,66 | 0,16 | 0,28 | 9,84 | 17,22 | 47,00 | 82,25 | 0,00 | 0,00 |

6 день

Утверждаю

И.о.заведующий МБДОУ №
«Д/с «Шатлык»с. Миннибаево»
Сафина Л.И.

МЕНЮ

2026 г

Завтрак:

| Наименование блюда | Масса Порции | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | Витамины | |
|--|-----------------|-------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|----------|------|
| | ясли | сад | белки | | жиры | | Угл-ды | | Ккал | | С | |
| | | | Я | С | Я | С | Я | С | ясли | сад | ясли | сад |
| <i>Каша манная молочная с маслом сливочным</i> | 140/3 | 180/3 | 4,24 | 5,45 | 4,60 | 5,30 | 22,61 | 29,08 | 149,26 | 186,30 | 0,82 | 0,00 |
| <i>Чай с молоком, с сахаром</i> | 180/6 | 180/6 | 3,03 | 3,03 | 2,40 | 2,40 | 10,48 | 10,48 | 75,76 | 75,76 | 1,38 | 1,38 |
| <i>Бутерброд с маслом сливочным</i> | 25/5 | 30/5 | 1,92 | 2,29 | 4,36 | 4,50 | 12,92 | 15,49 | 98,50 | 111,60 | | |

2-ой Завтрак:

| | | | | | | | | | | | | |
|------------|-----|-----|------|------|---|---|-------|-------|-------|-------|------|------|
| <i>Сок</i> | 200 | 200 | 1,00 | 1,00 | 0 | 0 | 20,20 | 20,20 | 84,80 | 84,80 | 2,20 | 4,00 |
|------------|-----|-----|------|------|---|---|-------|-------|-------|-------|------|------|

Обед:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|--------|--------|------|-------|------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Салат из кукурузы к/с</i> | 30 | 50 | 0,86 | 1,44 | 1,85 | 3,09 | 2,41 | 4,02 | 29,79 | 49,65 | 2,79 | 4,65 |
| <i>Суп вермишелевый с картофелем с куриными фрикадельками</i> | 150/10 | 180/10 | 3,61 | 4,93 | 2,87 | 3,80 | 10,55 | 12,68 | 90,56 | 114,56 | 5,19 | 6,18 |
| <i>Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом</i> | 110/20 | 120/30 | 8,88 | 10,16 | 9,20 | 10,45 | 18,73 | 21,01 | 179,14 | 201,98 | 0,50 | 0,65 |
| <i>Напиток из сухофруктов</i> | 150 | 180 | 0,50 | 0,60 | 0,07 | 0,08 | 14,00 | 16,81 | 60 | 71,52 | 0,54 | 0,65 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 35 | 45 | 2,31 | 2,97 | 0,42 | 0,54 | 13,85 | 17,84 | 69,23 | 89,19 | | |

Полдник:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-----|-----|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|------|------|
| <i>Кисломолочный напиток (катык)</i> | 150 | 180 | 4,58 | 5,22 | 4,08 | 4,50 | 7,58 | 8,64 | 85,00 | 96,30 | 1,95 | 2,34 |
| <i>Кондитерское изделие (печенье)</i> | | 20 | | 1,28 | | 3,36 | | 13,70 | | 90,20 | | 0 |

Ужин:

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|--------------|--------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|-----------|-----------|
| <i>Омлет натуральный</i> | 130 | 150 | 12,08 | 13,94 | 21,52 | 24,83 | 2,29 | 2,64 | 251,03 | 289,66 | 0,25 | 0,28 |
| <i>Хлеб пшеничный</i> | 20 | 25 | 1,52 | 1,90 | 0,16 | 0,20 | 9,84 | 12,31 | 47,00 | 58,81 | 0,00 | 0,00 |
| <i>Чай с сахаром с яблоками</i> | 150/5/1 0 | 180/6/1 0 | 0,09 0 | 0,11 0 | 0,20 0 | 0,06 0 | 5,99 0 | 6,99 0 | 24,70 0 | 28,70 0 | 1,02 0 | 1,03 0 |

Утверждаю
И.о.заведующий МБДОУ №
«Д/с «Шатлык»с. Миннибаево»
Сафина Л.И.



МЕНЮ
14.04.2026 г.

Завтрак:

| Наименование блюд | Масса Порции | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | Витами н | |
|---|-----------------|--------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|-------------|------|
| | ясли | сад | белки | | жиры | | Угл-ды | | Ккал | | С | |
| | | | Я | С | Я | С | Я | С | ясли | сад | ясли | сад |
| <i>Каша ячневая молочная с маслом сливочным</i> | 140/3 | 180/3 | 4,70 | 6,04 | 4,80 | 5,54 | 23,25 | 30,04 | 171,47 | 214,80 | | |
| <i>Кофейный напиток с молоком</i> | 180/6 | 180/6 | 2,85 | 2,85 | 2,41 | 2,41 | 10,35 | 10,35 | 74,58 | 74,58 | 1,17 | ,17 |
| <i>Бутерброд с сыром, маслом сливочным</i> | 25/5/5 | 30/5/5 | 2,53 | 3,61 | 5,69 | 5,83 | 12,92 | 15,49 | 115,67 | 128,77 | 0,07 | 0,07 |

2-ой Завтрак:

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-----------|-----------|
| <i>Фрукты свежие</i> | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 9,80 | 47,00 | 47,00 | 10,0 0 | 10,0 0 |
|----------------------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-----------|-----------|

Обед:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-------|-------|------|-------|------|------|-------|-------|-------|--------|------|------|
| <i>Салат из квашенной капусты</i> | 30 | 50 | 0,21 | 0,35 | 0,03 | 0,05 | 0,57 | 0,95 | 3,6 | 6 | 1,47 | 2,45 |
| <i>Борщ со свежей капустой, с картофелем на курином бульоне, со сметаной</i> | 150/5 | 180/7 | 1,81 | 1,48 | 3,70 | 4,59 | 6,74 | 8,12 | 70,31 | 85,97 | 6,43 | 7,71 |
| <i>Гуляш из отварной птицы</i> | 30/30 | 40/40 | 9,56 | 12,75 | 5,30 | 7,06 | 2,04 | 2,72 | 92,63 | 123,51 | 2,39 | ,18 |
| <i>Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным</i> | 150 | 180 | 0,12 | 0,14 | 0,12 | 0,14 | 20,91 | 25,09 | 85,95 | 103,14 | 0,68 | 0,81 |
| <i>Компот из свежих яблок</i> | 20 | 30 | 1,52 | 2,28 | 0,16 | 0,24 | 9,84 | 14,77 | 47,00 | 70,57 | 0 | 0 |
| <i>Хлеб пшеничный</i> | 35 | 45 | 2,31 | 2,97 | 0,42 | 0,54 | 13,85 | 17,84 | 69,23 | 89,19 | | |
| <i>Хлеб ржаной</i> | | | | | | | | | | | | |

Полдник:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|
| <i>Кисломолочный напиток (напиток ацидофильный)</i> | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,54 |
|---|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|

Ужин:

| | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------|-------|-------|-------|-------|------|------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|
| <i>Расстегай с рыбой</i> | 100 | 100 | 11,50 | 11,50 | 9,50 | 9,50 | 25,00 | 25,00 | 220,00 | 220,00 | 0,15 | 0,15 |
| <i>Напиток из шиповника</i> | 150/5 | 180/6 | 0,51 | 0,61 | 0,21 | 0,25 | 5,57 | 6,68 | 26,15 | 31,38 | 75,00 | 90,00 |

Утверждаю
И.о.заведующий МБДОУ №
«Д/с «Шатлык»с. Миннибаево»
Сафина Л.И.

МЕНЮ

2026 г

Завтрак :

| Наименование блюда | Масса Порции | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | Витамин | |
|--|-----------------|-------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|---------|------|
| | ясли | сад | белки | | жиры | | Угл-ды | | Ккал | | С | |
| | | | Я | С | Я | С | Я | С | ясли | сад | ясли | сад |
| <i>Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным</i> | 140/3 | 180/3 | 5,79 | 7,44 | 6,28 | 8,07 | 26,29 | 33,80 | 185,66 | 238,71 | 0,67 | 0,86 |
| <i>Какао с молоком</i> | 180/6 | 180/6 | 3,67 | 3,67 | 3,19 | 3,19 | 10,87 | 10,87 | 90,78 | 90,78 | 1,43 | 1,43 |
| <i>Бутерброд с маслом сливочным</i> | 25/5 | 30/5 | 1,92 | 2,29 | 4,36 | 4,50 | 12,92 | 15,49 | 98,50 | 111,68 | | |

2-ой Завтрак:

| | | | | | | | | | | | | |
|------------|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| <i>Сок</i> | 200 | 200 | 1,00 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | 20,20 | 20,20 | 84,80 | 84,80 | 4,00 | 4,00 |
|------------|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|

Обед:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|--------------|--------------|------|------|------|------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Винегрет овощной</i> | 40 | 60 | 0,56 | 0,84 | 4,02 | 6,02 | 2,92 | 4,37 | 50,04 | 75,06 | | |
| <i>Щи со свежей капустой с картофелем,с мясными фрикадельками,со сметаной</i> | 150/10/ 5 | 180/1 0/7 | 3,18 | 3,24 | 4,89 | 5,19 | 5,00 | 5,07 | 81,56 | 84,80 | 9,54 | 9,54 |
| <i>Тефтели мясные в томатном соусе</i> | 45/15 | 60/20 | 5,39 | 7,18 | 5,32 | 7,09 | 6,26 | 8,34 | 94,39 | 125,85 | 0,40 | 0,53 |
| <i>Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным</i> | 110/2 | 130/3 | 6,45 | 7,62 | 3,13 | 4,16 | 29,16 | 34,47 | 170,14 | 205,27 | | |
| <i>Компот из урюка</i> | 150 | 180 | 0,35 | 0,40 | 0,02 | 0,02 | 13,83 | 16,60 | 56,83 | 68,20 | 0,00 | 2,44 |
| <i>Хлеб пшеничный</i> | 20 | 30 | 1,52 | 2,28 | 0,16 | 0,24 | 9,84 | 14,77 | 47,00 | 70,57 | | |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 35 | 45 | 2,31 | 2,97 | 0,42 | 0,54 | 13,85 | 17,84 | 69,23 | 89,19 | | |

Полдник:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| <i>Кисломолочный напиток (ряженка)</i> | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,54 |
| <i>Сушки</i> | 20 | 20 | 2,14 | 2,14 | 0,24 | 0,24 | 14,24 | 14,24 | 67,80 | 68,80 | 0,00 | 0,00 |

Ужин:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Пудинг творожный с повидлом</i> | 110/20 | 130/20 | 16,73 | 16,72 | 11,84 | 15,51 | 39,76 | 39,76 | 330,50 | 360,20 | 0,21 | 0,34 |
| <i>Чай с сахаром</i> | 150/5 | 180/6 | 0,05 | 0,06 | 0,02 | 0,02 | 5,02 | 6,02 | 20,08 | 24,10 | 0,02 | 0,03 |

Утверждаю

И.о.заведующий МБДОУ №
«Д/с «Шатлык»с. Миннибаево»
Сафина Л.И.

МЕНЮ

2026 г.

Завтрак:

| Наименование блюда | Масса Порции | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | Витамин С | |
|---|-----------------|--------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|--------------|------|
| | ясли | сад | белки | | жиры | | Угл-ды | | Ккал | | С | |
| | | | Я | С | Я | С | Я | С | ясли | сад | ясли | сад |
| <i>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</i> | 140/3 | 180/3 | 3,83 | 5,17 | 2,34 | 5,33 | 19,46 | 24,92 | 117,34 | 184,24 | 0,00 | 0,00 |
| <i>Чай с молоком, сахаром</i> | 180/6 | 180/6 | 3,03 | 3,03 | 2,40 | 2,40 | 10,48 | 10,48 | 75,76 | 75,76 | 1,38 | 38 |
| <i>Бутерброд с сыром,с маслом сливочным</i> | 25/5/5 | 30/5/5 | 2,53 | 3,61 | 5,69 | 5,83 | 12,92 | 15,49 | 115,67 | 128,77 | 0,04 | 0,07 |

2-ой Завтрак:

| | | | | | | | | | | | | |
|---------------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|
| <i>Фрукты</i> | 100 | 100 | 0,90 | 0,90 | 0,20 | 0,20 | 8,10 | 8,10 | 43,00 | 43,00 | 60,00 | 60,00 |
|---------------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|

Обед:

| | | | | | | | | | | | | |
|---|--------|--------|------|------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|
| <i>Салат из моркови с сахаром</i> | 40 | 60 | 0,81 | 1,22 | 1,47 | 2,21 | 3,16 | 4,74 | 30,80 | 46,20 | 6,83 | 10,25 |
| <i>Суп-лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы</i> | 150/10 | 180/10 | 3,88 | 4,19 | 5,18 | 5,85 | 7,01 | 8,40 | 95,65 | 109,54 | 0,54 | 0,60 |
| <i>Рыба, тушеная с овощами</i> | 40/20 | 50/25 | 3,20 | 9,75 | 10,59 | 10,59 | 21,70 | 21,70 | 105,00 | 196,18 | | |
| <i>Пюре картофельное</i> | 120 | 140 | 2,45 | 2,86 | 3,84 | 4,48 | 16,35 | 19,08 | 109,80 | 128,10 | 14,53 | 16,9 |
| <i>Напиток из сухофруктов</i> | 150 | 180 | 0,50 | 0,60 | 0,07 | 0,08 | 17,34 | 20,81 | 73,33 | 68,18 | 0,54 | 0,65 |
| <i>Хлеб пшеничный</i> | 20 | 30 | 1,52 | 2,28 | 0,16 | 0,24 | 9,84 | 14,77 | 47,00 | 70,57 | | |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 35 | 45 | 2,31 | 2,97 | 0,42 | 0,54 | 0,42 | 13,85 | 17,84 | 69,23 | | |

Полдник:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|
| <i>Кисломолочный напиток (катык)</i> | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,54 |
|--|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|

Ужин:

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|---------|---------|------|------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Вак балиш с рисом и мясом</i> | 90 | 90 | 7,02 | 7,02 | 10,35 | 10,35 | 28,62 | 28,62 | 234,63 | 234,63 | | |
| <i>Чай с сахаром и лимоном</i> | 150/5/5 | 180/6/7 | 0,10 | 0,13 | 0,02 | 0,03 | 5,18 | 6,23 | 21,78 | 26,48 | 2,24 | 2,83 |

Утверждаю

И.о.заведующий МБДОУ №
«Д/с «Шатлык»с. Миннибаево»

Сафина Л.И.

МЕНЮ

2026 г.

Завтрак:

| Наименование блюда | Масса Порции | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность | | Витамины | |
|---|-----------------|--------------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|----------|------|
| | ясли | сад | белки | | жиры | | Угл-ды | | Ккал | | С | |
| | | | Я | С | Я | С | Я | С | ясли | сад | ясли | сад |
| <i>Каша рисовая молочная с маслом сливочным</i> | 140/3 | 180/3 | 4,17 | 5,35 | 4,69 | 5,41 | 30,01 | 38,57 | 179,40 | 225,00 | 0,67 | 0,86 |
| <i>Чай с сахаром, с яблоком</i> | 170/6/1 0 | 180/6/1 0 | 0,11 | 0,11 | 0,06 | 0,06 | 6,99 | 6,99 | 28,70 | 28,70 | 1,03 | 0,03 |
| <i>Бутерброд с маслом сливочным</i> | 25/5 | 30/5 | 1,92 | 2,29 | 4,36 | 4,50 | 12,92 | 15,49 | 98,50 | 111,68 | | |

2-ой Завтрак:

| | | | | | | | | | | | | |
|------------|-----|-----|------|------|--|--|-------|-------|-------|-------|------|------|
| <i>Сок</i> | 200 | 200 | 0,63 | 0,90 | | | 12,62 | 18,18 | 52,77 | 76,00 | 2,50 | 3,60 |
|------------|-----|-----|------|------|--|--|-------|-------|-------|-------|------|------|

Обед:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-----|-----|-------|-------|------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| <i>Салат из зеленого горошка к/с</i> | 30 | 50 | 0,89 | 1,49 | 1,55 | 2,59 | 1,88 | 3,13 | 25,08 | 41,80 | | |
| <i>Суп картофельный с пишенной крупой на курином бульоне</i> | 150 | 180 | 0,98 | 1,18 | 1,36 | 1,36 | 6,06 | 7,27 | 42,88 | 51,45 | 4,13 | 4,95 |
| <i>Жаркое по-домашнему из отварной птицы</i> | 150 | 200 | 11,75 | 15,67 | 7,98 | 10,64 | 14,70 | 19,60 | 177,15 | 236,20 | 0,54 | 0,72 |
| <i>Компот из свежих фруктов</i> | 150 | 180 | 0,17 | 0,20 | 0,09 | 0,11 | 7,44 | 8,93 | 32,89 | 39,47 | | |
| <i>Хлеб пшеничный</i> | 20 | 30 | 1,52 | 2,28 | 0,16 | 0,24 | 9,84 | 14,77 | 47,00 | 70,57 | 0,00 | 0,00 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 35 | 45 | 2,31 | 2,97 | 0,42 | 0,54 | 13,85 | 17,84 | 69,23 | 89,19 | | |

Полдник:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|--------|--------|------|-------|
| <i>Кисломолочный напиток(кефир)</i> | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56 | 76,00 | 91,80 | 0,45 | 0,54 |
| <i>Кондитерское изделие(пряники)</i> | 35 | 35 | 2,07 | 2,07 | 1,65 | 1,65 | 26,25 | 26,25 | 128,10 | 128,10 | 0,00 | 0,010 |

Ужин:

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-----------|-------|
| <i>Сырники из творога с повидлом</i> | 100/30 | 120/30 | 18,90 | 22,66 | 14,54 | 17,45 | 31,68 | 34,00 | 329,00 | 379,80 | 0,46 | 0,46 |
| <i>Напиток из шиповника</i> | 150/5 | 180/6 | 0,50 | 0,61 | 0,20 | 0,25 | 5,57 | 6,68 | 26,15 | 31,38 | 75,0 0 | 90,00 |