

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



01.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша геркулесовая молочная с маслом слив. | 180/3 | 7,44 | 08.Гыйн. | 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 |
| Итого | 409 | 13,9 | 16,31 | 59,64 | 442,06 |
| 2 завтрак | | | | | |
| Ацидофильный напиток | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 |
| Обед | | | | | |
| Икра кабачковая | 50 | 0,45 | 2,35 | 2,97 | 34,8 |
| Рассольник Ленинградский на кур. Бульоне с мясом птицы со сметаной | 180/10/7 | 3,94 | 6,57 | 8,91 | 114,76 |
| Биточки руб. из рыбы запечен. в том. соусе | 50/25 | 6,83 | 5,88 | 11,06 | 124,98 |
| 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 | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 13,87 | 69,37 |
| Итого | 697 | 18,09 | 20 | 90,83 | 622,15 |
| полдник | | | | | |
| 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 |
| Итого | 436 | 24,66 | 20,48 | 48,6 | 479,14 |
| Всего | 1722 | 61,87 | 61,3 | 206,63 | 1635,34 |

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



02.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| 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 |
| Итого | 404 | 10,77 | 15,54 | 55,74 | 409,78 |
| 2 завтрак | | | | | |
| сок разливной | 180 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,32 |
| Обед | | | | | |
| салат из припущенной моркови с изюмом | 60 | 0,88 | 0,06 | 8,6 | 38,52 |
| 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 |
| Итого | 680 | 24,73 | 22,8 | 84,53 | 650,21 |
| полдник | | | | | |
| суп молочный с клецками | 200 | 4,75 | 5,6 | 10,36 | 110,8 |
| хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| 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 |
| Итого | 523 | 8,66 | 6,37 | 52,35 | 303,78 |
| Всего | 1787 | 45,19 | 44,72 | 212,43 | 1447,23 |



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

04.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| 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 |
| Итого | 404 | 11,18 | 12,45 | 55,88 | 401,06 |
| 2 завтрак | | | | | |
| сок разливной | 180 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,32 |
| Обед | | | | | |
| огурцы свежие | 50 | 0,85 | 2,5 | 4,23 | 42,85 |
| 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 | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,86 | 79,28 |
| Итого | 673 | 19,98 | 16,24 | 72,4 | 516,52 |
| полдник | | | | | |
| 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 |
| Итого | 376 | 7,48 | 10,77 | 44,44 | 305,73 |
| Всего | 1633 | 39,55 | 39,46 | 190,9 | 1299,63 |

Утверждаю
Заведующая МБДОУ "Ивашкинский
детский сад "Солнышко"

Сурова
Кудряшова Е.В.



05.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| 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 |
| Итого | 423 | 9,15 | 11,15 | 68,41 | 411,37 |
| 2 завтрак | | | | | |
| кисломолочный напиток (ряженка) | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 |
| Обед | | | | | |
| салат из зеленого горошка | 50 | 1,49 | 2,59 | 3,13 | 41,8 |
| Суп картофельный с вермишелью мясными фрикадельками | 180/10 | 3,68 | 3,21 | 12,22 | 101,69 |
| Тефтели мясные с геркулесом | 80 | 10,27 | 9,79 | 22,8 | 141,86 |
| 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 |
| Итого | 715 | 22,76 | 32,06 | 88 | 667,54 |
| полдник | | | | | |
| омлет натуральный | 150 | 13,94 | 24,83 | 2,64 | 0,28 |
| хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| чай с сахаром и лимоном | 180/6/7 | 0,13 | 0,03 | 6,23 | 26,48 |
| Йогурт | 180 | 4,35 | 3,75 | 6,3 | 76,66 |
| Итого | 523 | 20,7 | 28,85 | 29,93 | 463,3 |
| Всего | 1831 | 57,33 | 76,49 | 189,39 | 1613,77 |



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

08.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша пшеничная 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 |
| Итого | 404 | 10,49 | 12,23 | 50,89 | 371,68 |
| 2 завтрак | | | | | |
| сок разливной | 180 | 0,9 | | 18,18 | 76,32 |
| Обед | | | | | |
| 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 |
| плов из отварной птицы | 200 | 11,19 | 10,93 | 31,8 | 282,55 |
| напиток из сухофруктов | 180 | 0,6 | 0,08 | 16,81 | 71,52 |
| хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,86 | 79,28 |
| Итого | 657 | 17,34 | 19,17 | 76,61 | 568,97 |
| полдник | | | | | |
| сметанник | 75 | 3,99 | 8,34 | 19,85 | 171,28 |
| чай с сахаром, с яблоком | 180/6/10 | 0,11 | 0,06 | 6,99 | 28,7 |
| Итого | 371 | 4,5 | 8,8 | 36,64 | 246,98 |
| Всего | 1612 | 33,24 | 40,2 | 182,32 | 1263,95 |



Утверждаю
Заведующая МБДОУ "Иваншкинский
детский сад "Солнышко"

Кудряшова Е.В.

09.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| 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 |
| Итого | 404 | 11,18 | 12,45 | 55,88 | 401,06 |
| 2 завтрак | | | | | |
| кисломолочный напиток (катык) | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 |
| Обед | | | | | |
| Огурцы свежие | 50 | 0,85 | 2,5 | 4,23 | 42,85 |
| суп картофельный с куриными фрикадельками | 180/10 | 3,11 | 3,3 | 12,94 | 102,28 |
| биточки рубленые из рыбы | 80 | 9,76 | 6,21 | 11,74 | 142,4 |
| Рис отварной рассыпчатый с маслом слив. | 130/2 | 3,14 | 5,46 | 32,56 | 192,01 |
| компот из свежих яблок | 180 | 0,14 | 0,14 | 25,09 | 103,14 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 13,87 | 69,37 |
| Итого | 687 | 20,84 | 18,19 | 110,28 | 699,05 |
| полдник | | | | | |
| 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 | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| Итого | 356 | 12,51 | 9,3 | 37,81 | 284,71 |
| Всего | 1627 | 49,75 | 44,44 | 211,52 | 1476,82 |


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

11.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 180/3 | 7,73 | 5,6 | 39,81 | 241,16 |
| 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 |
| Итого | 409 | 14,37 | 13,83 | 65,78 | 445,69 |
| 2 завтрак | | | | | |
| кисломолочный напиток (ацидофильный, напиток) | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 |
| Обед | | | | | |
| 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 | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 13,87 | 69,37 |
| Итого | 685 | 21,57 | 24,7 | 98,43 | 695,66 |
| полдник | | | | | |
| Булочка дорожная | 50 | 3,39 | 6,98 | 26,07 | 181 |
| 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 |
| Итого | 343 | 5,02 | 7,51 | 53,3 | 303,48 |
| Всего | 1617 | 45,89 | 50,54 | 225,07 | 1536,83 |



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

15.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша геркулесовая молочная с маслом слив. | 180/3 | 7,44 | 08.Гыйн. | 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 |
| Итого | 409 | 13,9 | 16,31 | 59,64 | 442,06 |
| 2 завтрак | | | | | |
| Ацидофильный напиток | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 |
| Обед | | | | | |
| Икра кабачковая | 50 | 0,45 | 2,35 | 2,97 | 34,8 |
| Рассольник Ленинградский на кур. Бульоне с мясом птицы со сметаной | 180/10/7 | 3,94 | 6,57 | 8,91 | 114,76 |
| Биточки руб. из рыбы запечен. в том. соусе | 50/25 | 6,83 | 5,88 | 11,06 | 124,98 |
| 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 | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 13,87 | 69,37 |
| Итого | 697 | 18,09 | 20 | 90,83 | 622,15 |
| полдник | | | | | |
| 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 |
| Итого | 436 | 24,66 | 20,48 | 48,6 | 479,14 |
| Всего | 1722 | 61,87 | 61,3 | 206,63 | 1635,34 |

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

17.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| 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 |
| Итого | 409 | 14,37 | 13,83 | 65,78 | 445,69 |
| 2 завтрак | | | | | |
| кисломолочный напиток (ацидофильный напиток)/ печенье | 180/40 | 5,22/3,00 | 4,5/3,92 | 7,56/29,76 | 92/166,80 |
| Обед | | | | | |
| салат из свеклы с яблоками | 60 | 0,65 | 3,1 | 3,86 | 46,02 |
| суп картофельный с горохом на курином бульоне с гренками | 180/10 | 5,2 | 3,95 | 19,51 | 143,56 |
| 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 | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 13,87 | 69,37 |
| Итого | 688 | 25,08 | 24,71 | 90,18 | 701,34 |
| полдник | | | | | |
| ватрушка с творогом | 90 | 13,2 | 15,3 | 55,8 | 402,05 |
| напиток из шиповника | 180/6 | 0,61 | 0,25 | 6,68 | 31,38 |
| Итого | 276 | 13,81 | 15,55 | 62,48 | 433,43 |
| Всего | 1593 | 61,48 | 62,5 | 255,76 | 1839,26 |

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

18.06.2026



| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| 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 |
| Итого | 404 | 11,18 | 12,45 | 55,88 | 401,06 |
| 2 завтрак | | | | | |
| сок разливной | 180 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,32 |
| Обед | | | | | |
| огурцы свежие | 50 | 0,85 | 2,5 | 4,23 | 42,85 |
| 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 | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,86 | 79,28 |
| Итого | 673 | 19,98 | 16,24 | 72,4 | 516,52 |
| полдник | | | | | |
| 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 |
| Итого | 376 | 7,48 | 10,77 | 44,44 | 305,73 |
| Всего | 1633 | 39,55 | 39,46 | 190,9 | 1299,63 |

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



19.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| 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 |
| Итого | 423 | 9,15 | 11,15 | 68,41 | 411,37 |
| 2 завтрак | | | | | |
| кисломолочный напиток (ряженка) | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 |
| Обед | | | | | |
| салат из зеленого горошка | 50 | 1,49 | 2,59 | 3,13 | 41,8 |
| Суп картофельный с вермишелью мясными фрикадельками | 180/10 | 3,68 | 3,21 | 12,22 | 101,69 |
| Тефтели мясные с геркулесом | 80 | 10,27 | 9,79 | 22,8 | 141,86 |
| 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 |
| Итого | 715 | 22,76 | 32,06 | 88 | 667,54 |
| ПОЛДНИК | | | | | |
| омлет натуральный | 150 | 13,94 | 24,83 | 2,64 | 0,28 |
| хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| чай с сахаром и лимоном | 180/6/7 | 0,13 | 0,03 | 6,23 | 26,48 |
| Йогурт | 180 | 4,35 | 3,75 | 6,3 | 76,66 |
| Итого | 523 | 20,7 | 28,85 | 29,93 | 463,3 |
| Всего | 1831 | 57,33 | 76,49 | 189,39 | 1613,77 |



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

22.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| 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 |
| Итого | 404 | 10,49 | 12,23 | 50,89 | 371,68 |
| 2 завтрак | | | | | |
| сок разливной | 180 | 0,9 | | 18,18 | 76,32 |
| Обед | | | | | |
| 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 |
| плов из отварной птицы | 200 | 11,19 | 10,93 | 31,8 | 282,55 |
| напиток из сухофруктов | 180 | 0,6 | 0,08 | 16,81 | 71,52 |
| хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,86 | 79,28 |
| Итого | 657 | 17,34 | 19,17 | 76,61 | 568,97 |
| полдник | | | | | |
| сметанник | 75 | 3,99 | 8,34 | 19,85 | 171,28 |
| чай с сахаром, с яблоком | 180/6/10 | 0,11 | 0,06 | 6,99 | 28,7 |
| Итого | 371 | 4,5 | 8,8 | 36,64 | 246,98 |
| Всего | 1612 | 33,24 | 40,2 | 182,32 | 1263,95 |

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



23.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| 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 |
| Итого | 404 | 11,18 | 12,45 | 55,88 | 401,06 |
| 2 завтрак | | | | | |
| кисломолочный напиток (катык) | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 |
| Обед | | | | | |
| Огурцы свежие | 50 | 0,85 | 2,5 | 4,23 | 42,85 |
| суп картофельный с куриными фрикадельками | 180/10 | 3,11 | 3,3 | 12,94 | 102,28 |
| биточки рубленые из рыбы | 80 | 9,76 | 6,21 | 11,74 | 142,4 |
| Рис отварной рассыпчатый с маслом слив. | 130/2 | 3,14 | 5,46 | 32,56 | 192,01 |
| КОМПОТ из свежих яблок | 180 | 0,14 | 0,14 | 25,09 | 103,14 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 13,87 | 69,37 |
| Итого | 687 | 20,84 | 18,19 | 110,28 | 699,05 |
| полдник | | | | | |
| 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 | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| Итого | 356 | 12,51 | 9,3 | 37,81 | 284,71 |
| Всего | 1627 | 49,75 | 44,44 | 211,52 | 1476,82 |


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

25.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 180/3 | 7,73 | 5,6 | 39,81 | 241,16 |
| 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 |
| Итого | 409 | 14,37 | 13,83 | 65,78 | 445,69 |
| 2 завтрак | | | | | |
| кисломолочный напиток (ацидофильный напиток) | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 |
| Обед | | | | | |
| 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 | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 13,87 | 69,37 |
| Итого | 685 | 21,57 | 24,7 | 98,43 | 695,66 |
| полдник | | | | | |
| Булочка дорожная | 50 | 3,39 | 6,98 | 26,07 | 181 |
| 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 |
| Итого | 343 | 5,02 | 7,51 | 53,3 | 303,48 |
| Всего | 1617 | 45,89 | 50,54 | 225,07 | 1536,83 |

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



26.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 180/3 | 5,35 | 5,41 | 38,57 | 225 |
| 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 |
| Итого | 414 | 7,75 | 9,97 | 61,05 | 365,38 |
| 2 завтрак | | | | | |
| сок разливной | 180 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,32 |
| Обед | | | | | |
| салат из зеленого горошка к/с | 50 | 1,49 | 2,59 | 3,13 | 41,8 |
| суп картофельный с гречневой крупой с куриными фрикадельками | 180/10 | 2,84 | 3,21 | 9,52 | 81,94 |
| 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 | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,86 | 79,28 |
| Итого | 665 | 17,27 | 17,42 | 63,69 | 494,59 |
| полдник | | | | | |
| 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 |
| Итого | 436 | 19,95 | 11,41 | 73,14 | 478,38 |
| Всего | 1695 | 45,88 | 38,8 | 216,05 | 1414,67 |

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



29.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша геркулесовая молочная с маслом слив. | 180/3 | 7,44 | 08.Гыйы | 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 |
| Итого | 409 | 13,9 | 16,31 | 59,64 | 442,06 |
| 2 завтрак | | | | | |
| Ацидофильный напиток | 180 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 92 |
| Обед | | | | | |
| Икра кабачковая | 50 | 0,45 | 2,35 | 2,97 | 34,8 |
| Рассольник Ленинградский на кур. Бульоне с мясом птицы со сметаной | 180/10/7 | 3,94 | 6,57 | 8,91 | 114,76 |
| Биточки руб. из рыбы запечен. в том. соусе | 50/25 | 6,83 | 5,88 | 11,06 | 124,98 |
| 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 | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 13,87 | 69,37 |
| Итого | 697 | 18,09 | 20 | 90,83 | 622,15 |
| полдник | | | | | |
| 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 |
| Итого | 436 | 24,66 | 20,48 | 48,6 | 479,14 |
| Всего | 1722 | 61,87 | 61,3 | 206,63 | 1635,34 |

«Утверждаю»

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



30.06.2026

| Наименование блюд и продуктов | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
| | | белки | жиры | углеводы | |
| Завтрак | | | | | |
| 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 |
| Итого | 404 | 10,77 | 15,54 | 55,74 | 409,78 |
| 2 завтрак | | | | | |
| сок разливной | 180 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,32 |
| Обед | | | | | |
| салат из припущенной моркови с изюмом | 60 | 0,88 | 0,06 | 8,6 | 38,52 |
| 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 |
| Итого | 680 | 24,73 | 22,8 | 84,53 | 650,21 |
| полдник | | | | | |
| суп молочный с клецками | 200 | 4,75 | 5,6 | 10,36 | 110,8 |
| хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| 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 |
| Итого | 523 | 8,66 | 6,37 | 52,35 | 303,78 |
| Всего | 1787 | 45,19 | 44,72 | 212,43 | 1447,23 |