

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ ДС «Геремок»  
Долбачева И.В.



« 9 » август 2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Хлеб ржаной	40 / 90	140 / 165
	Пшеничный салат с маслом	130 / 150	246 / 254
	Чай с сахаром бутерброд с маслом	40 / 40 4 / 5	108 / 108 20 / 28
2-й завтрак			
Обед	Мини на кб.	150 / 200	234,6 / 136,4
	Жареное картофельное пюре с мясом	80 / 120	205 / 200
	Каша из сушеных фруктов.	130 / 150 20 / 40	103,8 / 158,72 42,6 / 84
Полдник	Каша с маком	150 / 200	29,4 / 136,7
	Бутерброд	30 / 40	96 / 108

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ ДС «Геремок»  
Долбачева И.В.



« 10 » август 2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Хлеб ржаной	150 / 200	136,28 / 216,44
	Пшеничный салат с сахаром	130 / 150	246 / 246,4
	Бутерброд с маслом	40 / 40 4 / 5	108 / 108 20 / 28
2-й завтрак			
Обед	Пюре картофельное ма. кб.	150 / 200	148,94 / 160
	Пшеничный салат с мясом	70 / 90	140 / 165
	Каша из сушеных фруктов.	50 / 60	55 / 90,02
Полдник	Каша из сушеных фруктов	130 / 150	103,95 / 157,12
	Хлеб	20 / 40	42,6 / 84
	Бутерброд с мясом	150 / 200	20 / 103,34
	Бутерброд с маслом	20 / 20	56 / 56



Заведующий МКХ ЦОУС «Теремок»  
 И.В. Давыдов

тверждаю:

Заведующий МКХ ЦОУС «Теремок»  
 И.В. Давыдов

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Чаша гречневая	150/200	374/441/444
	Молочная каша	130/150	246/4/246/4
	Чай с сахаром	40/40	108/108
	Бутерброд с колбасой	4/5	20/28
2-й завтрак			
Обед	Суп гороховый на квасе	150/200	227/197/8
	Картофельная каша	70/90	72/41/101/07
	Котлеты мясные	50/70	138/3/203/9
	Салат из свеклы	40/60	27/8/59/3
	Бутерброд	150/200	78/74/100/5
	Чай	30/40	64/84
Полдник	Чай	150/180	89/9/120/52
	Булочки	15/18	



Заведующий МКХ ЦОУС «Теремок»  
 И.В. Давыдов

тверждаю:

Заведующий МКХ ЦОУС «Теремок»  
 И.В. Давыдов

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Чаша гречневая	150/200	168/7/229/9
	Молочная каша	130/150	246/4/254
	Чай с сахаром	40/40	108/108
	Бутерброд с колбасой		
2-й завтрак			
Обед	Суп гороховый на квасе	150/200	139/67/120/5
	Картофельная каша	70/90	140/165
	Котлеты мясные	50/70	72/12/100/4
	Салат из свеклы	130/150	103/93/150/22
	Бутерброд	20/40	42/88/4
	Чай	130/150	246/4/254
Полдник	Булочки с вареньем	50/50	198/35/277/07
	Булочки с вареньем		

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ ДС «Геремок»  
Долбачева И.В.



Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Омлет с сыром	70/90	72,4 / 101,07
	Чай с сахаром	130/150	24,64 / 25,60
	Бутерброд	40/40	108 / 108
	Фруктовый салат	4/5	20/28
2-й завтрак			
Обед	Шницель	150/200	130,67 / 123
	Салат с мясом	80/100	190 / 174
	Салат из овощей	40/60	24,8 / 59,3
	Картофельное пюре	130/150	49,98 / 56,82
	Десерт из фруктов	30/40	63 / 90,5
Полдник	Сладкое	50/200	90 / 120
	Фруктовый салат	20/40	54 / 108

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ ДС «Геремок»  
Долбачева И.В.



Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Шницель	150/200	99,8 / 224,38
	Чай с сахаром	130/150	24,64 / 25,60
	Бутерброд	40/40	108 / 108
	Фруктовый салат	4/5	20/28
2-й завтрак			
Обед	Суп картофельный	150/200	109,4 / 250,4
	Картофельное пюре	70/90	24,3 / 149,34
	Десерт из фруктов	30/40	138,3 / 231 / 35,2
	Салат из овощей	130/150	44,98 / 56,82
	Десерт	20/40	42,6 / 84
Полдник	Фруктовый салат	50/200	80 / 145,34
	Сладкое	20/40	107,7 / 107



Заведующий МБДОУ «Теремок»  
 Долбачева И.В.



Заведующий МБДОУ «Теремок»  
 Долбачева И.В.

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Запеканка «Дружная»	150/200	166,63/267,16
	Молочная каша	130/150	24,64/25,64
	Чай с сахаром	40/40	108/108
	Бутерброд с маслом	4/5	80/28
2-й завтрак			
Обед	Суп мясной	150/200	163,7/200
	Фаршированный картофель	80/90	102,3/115,3
	Картофель тушеный с курицей	130/150	44,08/56,82
	Зеленый салат из свеклы	30/30	63/63
Полдник	Ажурная выпечка	150/200	96,5/102
	Вареники с творогом	40/40	108/108

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Запеканка «Дружная»	150/200	108,24/216,44
	Молочная каша	130/150	24,64/25,60
	Чай с сахаром	40/40	108/108
	Бутерброд с маслом	4/5	20/28
2-й завтрак			
Обед	Свекольник мясной со сметаной	150/200	139,67/150
	Макаронная отварная с маслом	40/90	76,4/101,07
	Ажурная выпечка	50/40	78,12/129,4
	Зеленый салат из свеклы	130/150	44,08/56,82
Полдник	Зеленый салат	30/40	63/84
	Чай с сахаром и молоком	150/200	89,41/156,1
	Булка	20/40	54/108



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»  
Долбачева И.В.  
«19» 03/2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Ванна манная	150/200	374,44/414
	Чай с сахаром	130/150	2464/2588
	Бутерброд с маслом	40/40 4/5	108/108 20/28
2-й завтрак			
Обед	Ассорти из овощей	150/200	148,94 / 160
	Суп картофельный	70/90	140 / 165
	Суп овощной	50/70	1508 / 1702
	Пюре картофельное	10/15	34,6 / 48,2
	Салат из свеклы	130/150	35,8 / 37,88
	Хлеб	30/40	63 / 84
Полдник	Корейский мангок	150/200	728 / 1453,4
	Булочка	40/40	108/108



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»  
Долбачева И.В.  
«19» 03/2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Шоколадная отара	70/90	78,4/101,8
	Чай с сахаром	130/150	2464/2560
	Бутерброд с маслом	40/40 4/5	108/108 20/28
2-й завтрак			
Обед	Суп картофельный	150/200	1476 / 227
	Суп овощной	70/90	140/165
	Бутерброд с маслом	50/70	78,4/101,8
	Салат из свеклы	130/150	103,95/108,42
	Хлеб	20/40	44,6/84
Полдник	Ленинградский мангок	150/200	96,5/102
	Булочка	20/40	54/108



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»  
Долбачева И.В.  
«23» января 2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Ваше мясное	150/200	170,7/214,94
	Молочная каша	130/150	24,64/ 24,64
	Чай с сахаром	30/40	108 / 120
	Бутерброд с маслом	4/5	20/28
2-й завтрак			
Обед	Варенный картофель	150/200	64,86/ 83,8
	Чай к/б	40/ 90	140/ 165
	Борщ рассольный	50/ 70	138,5/ 203,9
	Варенная каша	10/15	24 / 30
	Компот из сухофруктов	120/150	54,1/ 50,1
Полдник	Обед	30/40	63 / 84
	Ваше	150/180	80,9/ 160,6
	Чай с сахаром	60/ 80	12,7/ 120
	Духан	30/40	108/ 120



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»  
Долбачева И.В.  
«21» января 2023

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Ваше мясное	150/200	175,5/214,2
	Молочная каша	130/150	24,64/ 25,84
	Чай с сахаром	40/40	108/108
	Бутерброд с маслом	4/5	20/28
2-й завтрак			
Обед	Варенный картофель	150/200	68,2/ 150
	Чай с сахаром	80 / 120	205 / 250
	Борщ рассольный	40 / 60	208 / 35,8
	Компот из сухофруктов	130/150	35,8/37,88
	Обед	30/40	63/84
Полдник	Ваше мясное	150/200	72,67/145,34
	Духан	30 / 40	15,28/20,6



Заведующий И.В.В. Полбачева И.В.  
 Утверждаю: 2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Хлопья овсяные молочные тигровые	150/200	136,2 / 216,44
	Чай с сахаром бутерброд с мясной	130/150 40/40 4/5	246,4 / 25,87 108 / 108 40/28
	Суп куриный на бульоне с овощами	150/200 150/180	45,9 / 101,2 135 / 180,5
Обед	Хлебцы с супом мясным	150/150 30/40	35,8 / 37,88 63 / 84
	Хлебцы с супом мясным	150/200	89,4 / 156,1
	Хлебцы с супом мясным	20 / 20	88 / 88



Заведующий И.В.В. Полбачева И.В.  
 Утверждаю: 2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Хлопья овсяные молочные тигровые	150/200	136,2 / 216,44
	Чай с сахаром бутерброд с мясной	130/150 30/40 4/5	246,4 / 25,87 108 / 108 40/28
	Суп куриный на бульоне с овощами	150/200	45,9 / 101,2
2-й завтрак	Хлебцы с супом мясным	150/150	35,8 / 37,88
	Хлебцы с супом мясным	30/40	63 / 84
	Хлебцы с супом мясным	150/200	89,4 / 156,1
Обед	Хлебцы с супом мясным	150/150	35,8 / 37,88
	Хлебцы с супом мясным	30/40	63 / 84
	Хлебцы с супом мясным	150/200	89,4 / 156,1
Полдник	Хлебцы с супом мясным	150/200	89,4 / 156,1
	Хлебцы с супом мясным	30/40	63 / 84
	Хлебцы с супом мясным	150/200	89,4 / 156,1