

Утверждено:
Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»
Долбачева И.В.
«1» сентября 2025

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Яично-мучный десерт, молочная каша, чай с сахаром, бутерброд с ветчиной.	150/200 150/180 30/40 3/5	136,28 / 222,89 30/43 81/142 78/142
Обед	Варенные на пару со штендлом, картофельное пюре, рыба тушеная с овощами, компот из см. ягод.	150/200 40/90 50/60 150/180 30/40	148,94/160 124,3/140,34 55/90,2 378/175,76 63/84
Полдник	Яблочно-мучный десерт.	150/200 30/40	89,47/156,1 81/142

Утверждено:
Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»
Долбачева И.В.
«2» сентября 2025

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Яично-мучный десерт, молочная каша, чай с сахаром, бутерброд с ветчиной.	150/200 150/180 30/40 3/5	166,5 / 244,9 30/43 81/142 78/108
Обед	Варенные на пару со штендлом, картофельное пюре, рыба тушеная с овощами, компот из см. ягод.	150/200 40/90 50/70 150/180 30/40	168,24/173 104,07/108,3 138,3/203,9 378/175,76 63/84
Полдник	Яблочно-мучный десерт.	150/200 30/40	72,67/149,26 81/142

Заведующий:  Утверждено: 
Заведующий: «Теремок»
И.В. Лева И.В.

Приём пищи	Наименование блюд	Масса, грамм	Калорийности порции
Завтрак	Чай с сахаром, бутербродов 2 индивидуальных	150/180 30/40 3/5	144,5/2342 30/43 81/142 432/142
Обед	Суп-пюре из картофеля с морковью, картофельное пюре, котлет из свинины, салат	150/200 80/90 150/180 30/40	144,6/224 104,2/115,3 378/75,76 63/84
Полдник	Салат	30/30	150/150

Заведующий:  Утверждено: 
Заведующий: «Теремок»
И.В. Лева И.В.

Приём пищи	Наименование блюд	Масса, грамм	Калорийности порции
Завтрак	Чай с сахаром, бутербродов 2 индивидуальных	150/180 30/40 3/5	140/165 30/43 81/142 48/108
Обед	Суп на квас с сельдью, картофельное пюре, котлет из свинины, салат	150/200 70/90 50/70 150/180 30/40	104,2/1346 104,0/108,3 128,4/124,6 378/75,76 63/84
Полдник	Салат, бутерброд	150/180 30/40	128,4/124,6 81/142



Заведующий:
Теремок И. В.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Теремок»
Долбачева И. В.
« 8 » апреля 2025

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности
Завтрак	Каша овсяная с маслом и сахаром. Чай с сахаром. Булочка с маком.	150/180 30/40 3/5	170/216/53 30/43 81/142 78/108
Обед	Суп куриный с овощами. Картофельное пюре. Салат из овощей.	150/180 70/90 150/180 30/40	75/91/46/21 124/31/149/34 37/81/75/76 63/84
Полдник	Чай с сахаром. Супчик с овощами.	150/180 30/40	30/43 81/142

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности
Завтрак	Каша овсяная с маслом и сахаром. Чай с сахаром. Булочка с маком.	150/180 30/40 3/5	170/216/53 30/43 81/142 78/108
Обед	Суп куриный с овощами. Картофельное пюре. Салат из овощей.	150/180 70/90 150/180 30/40	75/91/46/21 124/31/149/34 37/81/75/76 63/84
Полдник	Чай с сахаром. Супчик с овощами.	150/180 30/40	30/43 81/142

Заведую
« 9 »
2025



Утверждаю:
М.Д.О. «Теремок»
Долбачева И.В.



Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Овощи тушеные в масле чай с сахаром бубликов с изюмом 3/5	150/180 150/180 30/40 3/5	1445/2442 30/43 81/142 732/142
Обед	Суп картофельный мясной Салат овощной Пюре картофельное Компот из фруктов Творог 10/15 150/180 30/40	150/180 140/165 50/70 10/15 150/180 30/40	1446/227 140/165 1383/2039 34/142 378/75,76 63/89
Подпись	чай с сахаром бублики	150/180 30/40	35/43 81/142

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Овощи тушеные чай с сахаром бубликов с изюмом 3/5	150/180 150/180 30/40 3/5	374/44/444 30/43 81/142 78/108
Обед	Суп картофельный мясной Салат овощной Пюре картофельное Компот из фруктов Творог 10/15 150/180 30/40	150/180 140/165 50/70 10/15 150/180 30/40	1446/227 140/165 1383/2039 34/142 378/75,76 63/89
Подпись	чай с сахаром бублики	150/180 30/40	89/44/155/1 150/150

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»
 Долбачева И.В.
 «13» октября 2025

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Пшеница пшеничная	70/90	140/165
	Пюре из картофеля с маслом	150/180	30/43
	Чай с сахаром	30/40	81/142
	Булочка с изюмом	3/5	78/108
Обед	Пюре из картофеля с маслом	150/180	104/134,6
	Пюре из картофеля	80/100	174/190
	Компот из фруктов с сахаром	150/180	37,8/45,76
	Мед.	30/40	63/84
Полдник	Пшеница	150/180	98,9/123,94
	Суп	30/40	81/142

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»
 Долбачева И.В.
 «14» октября 2025

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Пшеница пшеничная	150/180	128,4/164,94
	Пюре из картофеля с маслом	150/180	30/43
	Чай с сахаром	30/40	81/142
	Булочка с изюмом	3/5	78/108
Обед	Пюре из картофеля с маслом	150/180	143,6/183,7
	Пюре из картофеля	70/90	174/190
	Компот из фруктов с сахаром	150/180	37,8/45,76
	Мед.	30/40	63/84
Полдник	Пшеница	150/180	98,9/123,94
	Суп	30/40	81/142

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»
 Долбачева И.В.
 «15» октября 2025

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Вареное куриное мясо с картофелем	150/180	99,8 / 22238
	Бутерброд с колбасой	30/40	304/3
	Сметана	3/5	81/142
	Сметана		4,32/1222
Обед	Угнетенное картофельное пюре	150/180	165,4 / 200
	Овощное рагу с картофелем	150/180	135 / 1805
	Сметана	30/40	34,8 / 7576
	Сметана		63/84
Полдник	Угнетенное картофельное пюре	60/80	128/124
	Сметана	150/180	304/3
	Сметана	30/40	81/142
	Сметана		

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»
 Долбачева И.В.
 «16» октября 2025

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Вареное куриное мясо с картофелем	150/180	108,24 / 21644
	Бутерброд с колбасой	30/40	304/3
	Сметана	3/5	81/142
	Сметана		4,32/1222
Обед	Угнетенное картофельное пюре	150/180	139,6 / 150
	Овощное рагу с картофелем	10/90	128,3 / 14024
	Сметана	50/60	150,8 / 17095
	Сметана	150/180	34,8 / 7576
Полдник	Угнетенное картофельное пюре	30/40	63/84
	Сметана	150/180	98,9 / 12494
	Сметана	30/40	81/142
	Сметана		

Заведующий:  И.В.

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность
Завтрак	Чай с сахаром, бутерброды с колбасой.	150/180 30/40 3/5	30/43 81/142 7.32/132
Обед	Суп с говядиной, картофельное пюре, салат из овощей, компот из яблок.	150/180 150/180 150/180 30/40	64.86 215/220 378/75.76 63/84
Полдник	Чай с сахаром, варенье.	150/180 30/30	30/43 220/140

Заведующий:  И.В.

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Энергетическая ценность
Завтрак			
Обед			
Полдник			