

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»



МЕНЮ 5

На «17» июля 2026 года

| № п/п | Наименование приема пищи                  | САД       | Пищевые вещества |      |          |      | Витамин |
|-------|-------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|------|---------|
|       |                                           | 10,5 час. |                  |      |          |      |         |
|       | ЗАВТРАК                                   | выход     | белки            | жиры | углеводы | Ккал | С       |
| 1     | Каша полбяная молочная с маслом           | 200/3     | 8,2              | 7,9  | 19,2     | 180  |         |
| 2     | Какао с молоком                           | 180       | 2,42             | 2,58 | 13,61    | 87   |         |
| 3     | Бутерброд с маслом сливочным              | 25/5      | 1,91             | 4,35 | 12,89    | 99   |         |
|       | ВТОРОЙ ЗАВТРАК                            |           |                  |      |          |      |         |
| 1     | Фрукты свежие                             | 100       | 0,4              | 0,4  | 12       | 53,2 |         |
|       | ОБЕД                                      |           |                  |      |          |      |         |
| 1     | Салат из свежей капусты                   | 50        | 0,7              | 2,5  | 4,5      | 43,5 |         |
| 2     | Щи со свеж капустой, катрофелем, мяс фрик | 200/15/5  | 4,6              | 4,2  | 22       | 144  |         |
| 3     | Плов из курицы                            | 160       | 12               | 14   | 38,9     | 330  |         |
| 4     | Компот из свеж яблок                      | 180       | 0,1              | 0,1  | 11,8     | 49   |         |
| 5     | Хлеб сельский                             | 37,5      | 1,8              | 0,4  | 18       | 82,5 |         |
|       | ПОЛДНИК                                   |           |                  |      |          |      |         |
| 1     | Крекер                                    | 10        | 5,8              | 4    | 32       | 187  |         |
| 2     | Кефир                                     | 110       | 3,68             | 2,75 | 5,07     | 68   |         |
| 3     | Рагу с курицей                            | 25/120    | 6                | 9,5  | 16,9     | 177  |         |
| 4     | Чай с сахаром и лимоном                   | 180/5/5   | 0,12             | 0,01 | 10,2     | 41   |         |
| 5     | Хлеб пшеничный                            | 20        | 1,52             | 0,16 | 9,84     | 47   |         |

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»: Э.Ф.Галлямшина

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»



МЕНЮ 5

На «17» июля 2026 года

| № п/п | Наименование приема пищи                  | ЯСЛИ      | Пищевые вещества |      |          |      | Витамин |
|-------|-------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|------|---------|
|       |                                           | 10,5 час. |                  |      |          |      |         |
|       | ЗАВТРАК                                   | выход     | белки            | жиры | углеводы | Ккал | С       |
| 1     | Каша полбяная молочная с маслом           | 150/3     | 6,03             | 5,95 | 14,47    | 136  |         |
| 2     | Какао с молоком                           | 160       | 2                | 2,2  | 11,3     | 73,3 |         |
| 3     | Бутерброд с маслом сливочным              | 25/5      | 1,9              | 4,4  | 13       | 99   |         |
|       | ВТОРОЙ ЗАВТРАК                            |           |                  |      |          |      |         |
| 1     | Фрукты свежие                             | 85        | 0,34             | 0,34 | 10,2     | 45   |         |
|       | ОБЕД                                      |           |                  |      |          |      |         |
| 1     | Салат из свежей капусты                   | 30        | 0,42             | 1,5  | 2,7      | 26,1 |         |
| 2     | Щи со свеж капустой, картофель и мяс фрик | 150/10/5  | 3,45             | 3,15 | 16,5     | 108  |         |
| 3     | Плов из курицы                            | 130       | 10               | 11,5 | 32       | 272  |         |
| 4     | Компот из свеж яблок                      | 150       | 0,1              | 0,1  | 10,2     | 42,1 |         |
| 5     | Хлеб сельский                             | 30        | 1,5              | 0,3  | 14,3     | 66   |         |
|       | ПОЛДНИК                                   |           |                  |      |          |      |         |
| 1     | Крекер                                    | 10        | 3,8              | 3    | 22       | 130  |         |
| 2     | Кефир                                     | 100       | 2,3              | 2,5  | 3,6      | 46   |         |
| 3     | Рагу с курицей                            | 20/100    | 4,97             | 7,86 | 19,9     | 147  |         |
| 4     | Чай с сахаром и лимоном                   | 160/4     | 0,05             | 0,01 | 4,42     | 18   |         |
| 5     | Хлеб пшеничный                            | 20        | 1,6              | 0,2  | 9,8      | 47   |         |

Заведующий МАДОУ "Детский сад №379": Э.Ф.Галлямшина

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»

УТВЕРЖДАЮ



МЕНЮ 9

На «09» июля 2026 года

| № п/п | Наименование приема пищи              | ЯСЛИ      | Пищевые вещества |      |          |        |   | Витамины |
|-------|---------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|--------|---|----------|
|       |                                       | 10,5 час. | белки            | жиры | углеводы | Ккал   | С |          |
|       | <b>ЗАВТРАК</b>                        | выход     |                  |      |          |        |   |          |
| 1     | Каша полбяная молочная с маслом       | 150/3     | 6,18             | 5,95 | 14,47    | 136    |   |          |
| 2     | Какао с молоком                       | 160       | 2                | 2,2  | 11,3     | 73,3   |   |          |
| 3     | Бутерброд с маслом сливочным          | 25/5      | 1,9              | 4,4  | 13       | 99     |   |          |
|       | <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>                 |           |                  |      |          |        |   |          |
| 1     | Сок                                   | 125       | 0,6              | 0    | 10       | 42     |   |          |
|       | <b>ОБЕД</b>                           |           |                  |      |          |        |   |          |
| 1     | Помидоры свежие                       | 30        | 0,33             | 0,06 | 1,14     | 7,2    |   |          |
| 2     | Суп с греч крупой и картофелем с кур. | 150/10    | 2,9              | 6,4  | 10,27    | 110,3  |   |          |
| 3     | Биточки рубленые из рыбы              | 50        | 6,3              | 5,9  | 22       | 166    |   |          |
| 4     | Пюре картофельное                     | 110       | 3,13             | 3,76 | 13,03    | 131,15 |   |          |
| 5     | Кисель                                | 150       |                  |      | 8,34     | 33,34  |   |          |
| 6     | Хлеб сельский                         | 30        | 1,5              | 0,3  | 14,3     | 66     |   |          |
|       | <b>ПОЛДНИК</b>                        |           |                  |      |          |        |   |          |
| 1     | Крекер                                | 10        | 0,1              | 0,9  | 15       | 69     |   |          |
| 2     | Кефир                                 | 100       | 3,1              | 2,5  | 4,4      | 54,8   |   |          |
| 3     | Суфле из творога со сгущ молоком      | 100/10    | 5,82             | 8,1  | 15,53    | 158    |   |          |
| 4     | Чай с сахаром                         | 160/4     | 0,05             | 0,01 | 4,42     | 18     |   |          |
| 5     | Хлеб пшеничный                        | 20        | 1,6              | 0,2  | 9,8      | 47     |   |          |

Заведующий МАДОУ "Детский сад №379":

Э.Ф.Галлямшина

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»

УТВЕРЖДАЮ



МЕНЮ 9

На «09» июля 2026 года

| № п/п | Наименование приема пищи              | САД       | Пищевые вещества |      |          |      |   | Витамины |
|-------|---------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|------|---|----------|
|       |                                       | 10,5 час. | белки            | жиры | углеводы | Ккал | С |          |
|       | <b>ЗАВТРАК</b>                        | выход     |                  |      |          |      |   |          |
| 1     | Каша полбяная молочная с маслом       | 200/3     | 8,2              | 7,9  | 19,2     | 180  |   |          |
| 2     | Какао с молоком                       | 180       | 2,42             | 2,58 | 13,61    | 87   |   |          |
| 3     | Бутерброд с маслом сливочным          | 25/5      | 1,91             | 4,35 | 12,89    | 99   |   |          |
|       | <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>                 |           |                  |      |          |      |   |          |
| 1     | Сок                                   | 125       | 0,6              | 0,06 | 21       | 91   |   |          |
|       | <b>ОБЕД</b>                           |           |                  |      |          |      |   |          |
| 1     | Помидоры свежие                       | 50        | 0,55             | 0,1  | 1,9      | 12   |   |          |
| 2     | Суп с греч крупой и картофелем с кур. | 200/6     | 3,5              | 7,8  | 19,7     | 163  |   |          |
| 3     | Биточки рубленые из рыбы              | 70        | 8,75             | 8,2  | 27       | 217  |   |          |
| 4     | Пюре картофельное                     | 130       | 5,5              | 5    | 23       | 129  |   |          |
| 5     | Кисель                                | 180       | 0,18             | 0,1  | 25,8     | 89   |   |          |
| 6     | Хлеб сельский                         | 37,5      | 1,8              | 0,4  | 18       | 82,5 |   |          |
|       | <b>ПОЛДНИК</b>                        |           |                  |      |          |      |   |          |
| 1     | Крекер                                | 10        | 1,5              | 4    | 27,1     | 150  |   |          |
| 2     | Кефир                                 | 110       | 3,68             | 2,75 | 5,07     | 68   |   |          |
| 3     | Суфле из творога со сгущ молоком      | 150/20    | 9                | 12,5 | 24       | 245  |   |          |
| 4     | Чай с сахаром                         | 180/5     | 0,06             | 0,02 | 4,99     | 20   |   |          |
| 5     | Хлеб пшеничный                        | 20        | 1,52             | 0,16 | 9,84     | 47   |   |          |

Заведующий МАДОУ "Детский сад №379":

Э.Ф.Галлямшина