ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 008796F0AFA484F70FA936B982C630C621
Владелец: Ильяшенко Милена Владимировна
Действителен: с 26.08.2026 до 19.11.2027

Примерное 21-однодневное меню для категории: Детсад 2026 год **1 неделя** **"Утверждаю"**

02.11.26 - 30.11.26 Заведующий _____ **Ильяшенко М.В.**

Понедельник	Вых.	Калор	Вторник	Вых.	Калор	Среда	Вых.	Калор	Четверг	Вых.	Калор	Пятница	Вых.	Калор
ЗАВТРАК	**416**	**439.3**	**ЗАВТРАК**	**457**	**604.6**	**ЗАВТРАК**	**412**	**460.2**	**ЗАВТРАК**	**412**	**435.1**	**ЗАВТРАК**	**402**	**479**
Суп молочный с крупой***	180	155.8	Салат из свежей моркови	70	62.7	Икра кабачковая "Ароматная"	40	20	Суп молочный с крупой***	180	155.8	Запеканка из творога 1	150	200.7
Какао на молоке 1	180	110.4	Макаронные изделия отварные	155	260.1	Омлет натуральный новый 1	150	196	Кофейный напиток с молоком 1	180	107.9	Соус молочный сладкий	30	31.6
Батон нарезной с маслом и повидлом	35/7/14	173.1	с сыром			Кофейный напиток с молоком 1	180	107.9	Батон нарезной с маслом с сыром	35/7/10	171.4	Какао на молоке 1	180	110.4
			Какао на молоке 1	180	110.4	Батон нарезной с маслом	35/7	136.3				Батон нарезной с маслом	35/7	136.3
			Батон нарезной с маслом с сыром	35/7/10	171.4									
10 ЧАСОВ	**150**	**78.8**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**63.6**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**36**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**63.6**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**78.8**
Молоко кипяченое	150	78.8	Сок с 3-х до 7 лет	150	63.6	Напиток из шиповника	150	36	Сок с 3-х до 7 лет	150	63.6	Молоко кипяченое	150	78.8
ОБЕД	**635**	**708.1**	**ОБЕД**	**605**	**689.3**	**ОБЕД**	**665**	**762.8**	**ОБЕД**	**600**	**607.3**	**ОБЕД**	**665**	**637.6**
Салат из моркови с зеленым горошком"Рыжик"	50	41.9	Суп картофельный с рыбой	180	97.9	Салат Витаминный 1	60	53.1	Салат картофельный с соленым огурцом	55	49	Свекла на гарнир "Ломтик"	50	23.2
			Мясной рулет с яйцом (паровой)	70	289.4	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	180	139.2				Суп картофельный с клецками***	180	119.5
Борщ со сметаной	180	117.6	Картофельное пюре	130	139.6				Щи с капустой, картофелем и сметаной	180	114.9	Каша "Солдатская" гречневая с овощами	130	169.3
Азу по-татарски со свининой	180	386.2	Компот из смеси сухофруктов 1	180	68.8	Гуляш "Обжорка" из свинины 1	70	256.6						
Компот из смеси сухофруктов 1	180	68.8	Хлеб ржаной	45	93.6	Рис отварной с овощами	130	168.8	Пудинг куриный	140	281	Гуляш "Объедение" из мяса птицы	80	163.2
Хлеб ржаной	45	93.6				Компот из свежих яблок 1	180	51.5	Компот из смеси сухофруктов 1	180	68.8			
						Хлеб ржаной	45	93.6	Хлеб ржаной	45	93.6	Компот из смеси сухофруктов 1	180	68.8
												Хлеб ржаной	45	93.6
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	**515**	**623.5**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**511**	**524.6**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**565**	**591**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**465**	**715.3**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**565**	**581.8**
Пудинг из творога и риса	200	329.6	Тефтели из печени с рисом	70	122.3	Хлебцы рыбные	70	95	Свекольная икра	50	54.6	Котлеты "Мясной фокус" 1	70	113.1
Соус молочный сладкий	30	31.6	Овощи тушеные	130	75.5	Рагу из овощей	130	128.9	Запеканка овощная с мясом бу/п	110	275.6	Каша пшеничная рассыпчатая	130	134.9
Чай "Принцесса"	180	27.9	Чай с молоком***	180	101.5	Хлеб пшеничный	35	92.8	Соус томатный	40	26.3	Напиток из шиповника	180	36
Пирожок с яблоком	70	153.2	Хлеб пшеничный	35	81.2	Кисель из повидла	180	82.2	Булочка "Российская"***	50	249.7	Хлеб пшеничный	35	81.2
Хлеб пшеничный	35	81.2	Яблоко	80	31.3	Булочка "Дорожная"	70	160.8	Хлеб пшеничный	35	81.2	Булочка "Розовая"	70	181.4
			Печенье	15	112.8	Яблоко	80	31.3	Чай "Принцесса"	180	27.9	Яблоко	80	35.2
Общая калорийность за день		1849.7	Общая калорийность за день		1882.1	Общая калорийность за день		1850	Общая калорийность за день		1821.3	Общая калорийность за день		1777.2

Примерное 21-однодневное меню для категории: Детсад 2026 год 2 неделя "Утверждаю"

02.11.26 - 30.11.26 Заведующий _____ Ильяшенко М.В.

Понедельник	Вых.	Калор	Вторник	Вых.	Калор	Среда	Вых.	Калор	Четверг	Вых.	Калор	Пятница	Вых.	Калор
ЗАВТРАК	**416**	**478.3**	**ЗАВТРАК**	**405**	**485.7**	**ЗАВТРАК**	**420**	**515.3**	**ЗАВТРАК**	**412**	**458.6**	**ЗАВТРАК**	**416**	**439.3**
Каша овсяная"Геркулес"	174	200.3	Запеканка из творога 1	150	218.6	Каша овсяная"Геркулес"	174	200.3	Икра кабачковая "Ароматная"	40	15.9	Суп молочный с крупой***	180	155.8
жидкая			Соус молочный сладкий	30	31.6	жидкая			Омлет натуральный новый 1	150	196	Какао на молоке 1	180	110.4
Какао на молоке 1	180	110.4	Какао на молоке 1	180	110.4	Кофейный напиток с молоком 1	180	107.9	Какао на молоке 1	180	110.4	Батон нарезной с маслом и	35/7/14	173.1
Батон нарезной с маслом	35/7	136.3	Батон нарезной с сыром	35/10	125.1	Батон нарезной с маслом и	35/7/14	173.1	Батон нарезной с маслом	35/7	136.3	повидлом		
Яйцо отварное	20	31.3				повидлом								
						Сырный ломтик	10	34						
10 ЧАСОВ	**150**	**78.8**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**63.6**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**78.8**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**0**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**78.8**
Молоко кипяченое	150	78.8	Сок с 3-х до 7 лет	150	63.6	Молоко кипяченое	150	78.8	Снежок	150	0	Молоко кипяченое	150	78.8
ОБЕД	**665**	**643.2**	**ОБЕД**	**619**	**655**	**ОБЕД**	**655**	**792.9**	**ОБЕД**	**655.5**	**694**	**ОБЕД**	**675**	**782.6**
Салат из свеклы отварной с	60	54.7	Свекольник со сметаной*	180	122.2	Салат "Лисичка" из	50	46	Свекла на гарнир "Ломтик"	50	23.2	Салат из свеклы отварной с	60	54.7
растительным маслом			Картофельное пюре	130	139.6	белокочанной капусты с морковь			Суп- пюре из разных овощей 2в	180	85	растительным маслом		
Суп "Полевой" со сметаной	180	129.2	Тефтели "Шалунишки" в	70/14	248.1	Суп "Кудрявый" бу/п	180	127.4	Сухарики	10,5	41.4	Рассольник "Домашний" со	200	119.8
Голубцы ленивые "Как у	200	296.9	томатном соусе"			Котлета "Затейники"1	80	270.9	Биточки "Золотой гребешок"	70	204.1	сметаной		
бабушки"			Компот из свежих яблок 1	180	51.5	Пюре гороховое с	130	203.5	из мяса птицы 1			Мясной рулет с овощами (обед)	190	463
Компот из смеси сухофруктов 1	180	68.8	Хлеб ржаной	45	93.6	пассерованным луком			Макаронные изделия отварные	130	195.2	Компот из свежих яблок 1	180	51.5
Хлеб ржаной	45	93.6				Компот из свежих яблок 1	180	51.5	с овощами 1			Хлеб ржаной	45	93.6
						Хлеб ржаной	35	93.6	Компот из свежих яблок 1	180	51.5			
									Хлеб ржаной	35	93.6			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	**585**	**590.5**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**495**	**585.4**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**537**	**547.7**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**555**	**637.8**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**546**	**506.4**
Морковная икра***	50	32.3	Суфле из печени "Вкусняшка"1	80	166	Котлеты рыбные "Солнышко"	70	98.9	Сердце в сметанном соусе	80	79.7	Тефтели рыбные в томатном	75/30	161.7
Рыба, запеченая в омлете***	170	181.1	Рагу из овощей	130	128.9	Рагу из овощей	130	128.9	Каша перловая рассыпчатая	120	170.4	соусе		
Чай "Принцесса"	180	27.9	Чай "Принцесса"	180	27.9	Хлеб пшеничный	35	69.6	Чай с молоком***	180	101.5	Каша пшеничная рассыпчатая	130	134.9
Крендель с сахаром	70	236.7	Булочка "Розовая"	70	181.4	Сок с 3-х до 7 лет*	180	76.3	Хлеб пшеничный	35	81.2	Хлеб пшеничный	35	81.2
Хлеб пшеничный	35	81.2	Хлеб пшеничный	35	81.2	Печенье	32	138.8	Булочка "Домашняя"	50	169.8	Чай "Принцесса"	180	27.9
Яблоко	80	31.3				Яблоко	90	35.2	Яблоко	90	35.2	Печенье	16	69.4
												Яблоко	80	31.3
Общая калорийность за день		1790.8	Общая калорийность за день		1789.7	Общая калорийность за день		1934.7	Общая калорийность за день		1790.4	Общая калорийность за день		1807.1

Примерное 21-однодневное меню для категории: Детсад 2026 год **3 неделя** **"Утверждаю"**

02.11.26 - 30.11.26 Заведующий _____ **Ильяшенко М.В.**

Понедельник	Вых.	Калор	Вторник	Вых.	Калор	Среда	Вых.	Калор	Четверг	Вых.	Калор	Пятница	Вых.	Калор
ЗАВТРАК	**416**	**457.5**	**ЗАВТРАК**	**419**	**452.4**	**ЗАВТРАК**	**416**	**475.8**	**ЗАВТРАК**	**430**	**501.5**	**ЗАВТРАК**	**412**	**453.3**
Суп молочный с вермишелью	180	174	Каша манная молочная жидкая	174	188.1	Каша овсяная"Геркулес"	174	200.3	Каша ячневая молочная 1	174	186.7	Суп молочный с вермишелью	180	174
Какао на молоке 1	180	110.4	Кофейный напиток с молоком 1	180	107.9	жидкая			Какао на молоке 1	180	110.4	Кофейный напиток с молоком 1	180	107.9
Батон нарезной с маслом и	35/7/14	173.1	Батон нарезной с сыром	35/10	125.1	Кофейный напиток с молоком 1	180	107.9	Батон нарезной с маслом и	35/7/14	173.1	Батон нарезной с маслом с	35/7/10	171.4
повидлом			Яйцо отварное	20	31.3	Батон нарезной с маслом	35/7	136.3	повидлом			сыром		
						Яйцо отварное	20	31.3	Яйцо отварное	20	31.3			
10 ЧАСОВ	**150**	**63.6**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**63.6**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**63.6**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**63.6**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**63.6**
Сок с 3-х до 7 лет	150	63.6	Сок с 3-х до 7 лет	150	63.6	Сок с 3-х до 7 лет	150	63.6	Сок с 3-х до 7 лет	150	63.6	Сок с 3-х до 7 лет	150	63.6
ОБЕД	**615**	**674.5**	**ОБЕД**	**665**	**725.3**	**ОБЕД**	**605.5**	**629.7**	**ОБЕД**	**645**	**600.2**	**ОБЕД**	**707**	**724.1**
Борщ со сметаной	180	117.6	Свекла на гарнир "Ломтик"	50	23.2	Салат овощной 1	50	59.9	Щи с капустой, картофелем и	180	114.9	Салат Витаминный 1	60	53.1
Котлета "Затейники"1	80	270.9	Суп "Полевой" со сметаной	180	129.2	Суп- пюре из разных овощей 2в	180	85	сметаной			Рассольник "Домашний" со	180	110.5
Сложный гарнир	130	140.9	Котлета "Затейники"1	80	270.9	Сухарики	10,5	41.4	Печень по-строгановски	110	145	сметаной		
Компот из свежих яблок 1	180	51.5	Картофельное пюре	130	139.6	Пудинг куриный	140	281	Макаронные изделия отварные	130	195.2	Ежики из кур с рисом	112	275.8
Хлеб ржаной	45	93.6	Компот из смеси сухофруктов 1	180	68.8	Компот из смеси сухофруктов 1	180	68.8	с овощами 1			Картофельное пюре	130	139.6
			Хлеб ржаной	45	93.6	Хлеб ржаной	45	93.6	Компот из свежих яблок 1	180	51.5	Компот из свежих яблок 1	180	51.5
									Хлеб ржаной	45	93.6	Хлеб ржаной	45	93.6
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	**487**	**776.2**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**485**	**512.2**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**545**	**588.1**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**525**	**699**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**531**	**631.4**
Сырники из творога	130	318.9	Суфле из рыбы "Золотая рыбка"1	120	116.8	Сельдь слабосоленая порционная	60	95.7	Запеканка морковная с творогом	180	249.8	Суфле из печени "Вкусняшка"1	80	166
запеченые***			Булочка "Розовая"	70	181.4	Картофель отварной (ужин)	110	103.3	Чай с молоком***	180	101.5	Каша перловая рассыпчатая с	130	178.1
Молоко сгущённое 8.5%	30	88.3	Хлеб пшеничный	35	81.2	Хлеб пшеничный	35	81.2	Хлеб пшеничный	35	81.2	овощами		
Чай с молоком***	180	101.5	Чай с молоком***	180	101.5	Напиток из шиповника	180	36	Пирожок с печенью	70	243.1	Чай с молоком***	180	101.5
Печенье	32	138.8	Яблоко	80	31.3	Крендель с сахаром	70	236.7	Яблоко	60	23.4	Хлеб пшеничный	35	81.2
Хлеб пшеничный	35	97.4				Яблоко	90	35.2				Яблоко	90	35.2
Яблоко	80	31.3										Печенье	16	69.4
Общая калорийность за день		1971.8	Общая калорийность за день		1753.5	Общая калорийность за день		1757.2	Общая калорийность за день		1864.3	Общая калорийность за день		1872.4

Примерное 21-однодневное меню для категории: Детсад 2026 год 4 неделя "Утверждаю"

02.11.26 - 30.11.26 Заведующий _____ Ильяшенко М.В.

Понедельник	Вых.	Калор	Вторник	Вых.	Калор	Среда	Вых.	Калор	Четверг	Вых.	Калор	Пятница	Вых.	Калор
ЗАВТРАК	**402**	**479**	**ЗАВТРАК**	**445**	**494.2**	**ЗАВТРАК**	**412**	**437.6**	**ЗАВТРАК**	**402**	**504.7**	**ЗАВТРАК**	**447**	**567**
Запеканка из творога 1	150	200.7	Салат из свежей моркови	70	62.7	Суп молочный с крупой***	180	155.8	Запеканка из творога 1	150	218.6	Салат из свежей моркови	70	62.7
Соус молочный сладкий	30	31.6	Омлет натуральный новый 1	150	196	Какао на молоке 1	180	110.4	Соус из повидла	30	39.4	Макаронные изделия отварные	155	260.1
Какао на молоке 1	180	110.4	Какао на молоке 1	180	110.4	Батон нарезной с маслом с	35/7/10	171.4	Какао на молоке 1	180	110.4	с сыром		
Батон нарезной с маслом	35/7	136.3	Батон нарезной с сыром	35/10	125.1	сыром			Батон нарезной с маслом	35/7	136.3	Кофейный напиток с молоком 1	180	107.9
												Батон нарезной с маслом	35/7	136.3
10 ЧАСОВ	**150**	**63.6**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**78.8**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**115.4**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**78.8**	**10 ЧАСОВ**	**150**	**63.6**
Сок с 3-х до 7 лет	150	63.6	Молоко кипяченое	150	78.8	Снежок	150	115.4	Молоко кипяченое	150	78.8	Сок с 3-х до 7 лет	150	63.6
ОБЕД	**619**	**701.7**	**ОБЕД**	**645**	**768.9**	**ОБЕД**	**675**	**705.2**	**ОБЕД**	**605**	**631**	**ОБЕД**	**665**	**637.1**
Рассольник "Ленинградский"	180	139.2	Салат картофельный с соленым	50	49	Свекольник со сметаной*	180	122.2	Суп "Гороховый" б/п	180	124.9	Салат Витаминный 1	60	53.1
со сметаной			огурцом			Пудинг куриный	140	281	Биточки "Золотой гребешок"	70	204.1	Суп картофельный с клецками	180	122.3
Тефтели "Шалунишки" в	70/14	248.1	Суп крестьянский со сметаной	180	111.8	Картофельное пюре	130	139.6	из мяса птицы 1			Котлеты "Мясной фокус" 1	70	113.1
томатном соусе"			Мясной рулет с овощами (обед)	190	463				Картофельное пюре	130	139.6			
Каша "Солдатская" гречневая	130	169.3	Компот из свежих яблок 1	180	51.5	Компот из смеси сухофруктов 1	180	68.8	Компот из смеси сухофруктов 1	180	68.8	Пюре гороховое с	130	203.5
с овощами			Хлеб ржаной	45	93.6	Хлеб ржаной	45	93.6	Хлеб ржаной	45	93.6	пассерованным луком		
Компот из свежих яблок 1	180	51.5										Компот из свежих яблок 1	180	51.5
Хлеб ржаной	45	93.6										Хлеб ржаной	45	93.6
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	**505**	**429.8**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**531**	**514.2**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**600**	**611.3**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**447**	**531.4**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**537**	**465.6**
Хлебцы рыбные	70	95	Сердце в сметанном соусе	80	79.7	Тефтели рыбные в томатном	75/30	161.7	Мясной хлебец "Деликатесный"	70	183.5	Котлеты рыбные "Солнышко"	70	98.9
Горошница	130	190.5	Каша пшеничная рассыпчатая	130	134.9	соусе			из птицы 1			Овощи тушеные	130	75.5
Чай "Принцесса"	180	27.9	Хлеб пшеничный	45	97.4	Овощи тушеные	130	75.5	Морковная икра "СОЛНЫШКО" б/п	50	44.4	Напиток из шиповника	180	36
Хлеб пшеничный	35	81.2	Чай с молоком***	180	101.5	Напиток из шиповника	180	36	Напиток из шиповника	180	36	Хлеб пшеничный	35	81.2
Яблоко	90	35.2	Яблоко	80	31.3	Ватрушка с повидлом	70	209.4	Хлеб пшеничный	35	97.4	Яблоко	90	35.2
			Печенье	15	69.4	Яблоко	80	31.3	Печенье	32	138.8	Печенье	32	138.8
						Хлеб пшеничный	35	97.4	Яблоко	80	31.3			
Общая калорийность за день		1674.1	Общая калорийность за день		1856.1	Общая калорийность за день		1869.5	Общая калорийность за день		1745.9	Общая калорийность за день		1733.3

Примерное 21-однодневное меню для категории: Детсад 2026 год 5 неделя "Утверждаю"

02.11.26 - 30.11.26 Заведующий _____ Ильяшенко М.В.

Понедельник	Вых.	Калор	Вторник	Вых.	Калор	Среда	Вых.	Калор	Четверг	Вых.	Калор	Пятница	Вых.	Калор
ЗАВТРАК	**402**	**502.2**	**ЗАВТРАК**	**0**	**0**	**ЗАВТРАК**	**0**	**0**	**ЗАВТРАК**	**0**	**0**	**ЗАВТРАК**	**0**	**0**
Запеканка из творога 1	150	218.6												
Соус из повидла	30	39.4												
Кофейный напиток с молоком 1	180	107.9												
Батон нарезной с маслом	35/7	136.3												
10 ЧАСОВ	**150**	**36**	**10 ЧАСОВ**	**0**	**0**	**10 ЧАСОВ**	**0**	**0**	**10 ЧАСОВ**	**0**	**0**	**10 ЧАСОВ**	**0**	**0**
Напиток из шиповника	150	36												
ОБЕД	**655**	**580.4**	**ОБЕД**	**0**	**0**	**ОБЕД**	**0**	**0**	**ОБЕД**	**0**	**0**	**ОБЕД**	**0**	**0**
Свекла на гарнир "Ломтик"	50	23.2												
Суп картофельный с рыбой	180	97.9												
Голубцы ленивые "Как у бабушки"	200	296.9												
Компот из смеси сухофруктов 1	180	68.8												
Хлеб ржаной	45	93.6												
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	**475**	**628.5**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**0**	**0**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**0**	**0**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**0**	**0**	**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК**	**0**	**0**
Запеканка овощная с мясом бу/п	110	285.2												
Напиток из шиповника	180	36												
Шанежка наливная с яйцом	70	194.8												
Хлеб пшеничный	35	81.2												
Яблоко	80	31.3												
Общая калорийность за день		1747.1	Общая калорийность за день		0	Общая калорийность за день		0	Общая калорийность за день		0	Общая калорийность за день		0