

Согласовано:
Заведующий



Утверждено:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 3-7 лет (10 часов)

"__" _____ 2025 г.

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг)
Б	Ж	У	ккал			с
3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	2	3-7 лет	3-7 лет

Аскорбиновая кислота на 10 дней

0,35

Вариант 1

Завтрак

10,78	19,2	2,04	224	омлет натуральный	130	0,2
4,9	18,2	12,46	131,88	бутерброд с сыром	42	0,04
0,06	0,01	13,5	54	чай с сахаром	200	0,3
15,74	37,41	28	409,88	Итого	372	0,54

2-й завтрак

0,50	0,00	10,10	42,40	соки овощные, фруктовые и ягодные	100	40,00
0,5	0	10,1	42,4	Итого	100	40

Обед

0,4	0,05	0,8	5	овощи по сезону	50	1,75
3,95	3,79	11,90	106,74	суп картофельный с бобовыми (горох)	180	5,12
11,13	14,34	8,4	204,91	котлеты биточки, шницели	70	0,07
3,042	3,237	17,108	109,72	картофель в молоке	130	1
0,14	0,14	25,092	103,14	компот из свежих плодов с витамином С	180	0,81
1,91	0,30	12,30	59,40	хлеб ржаной	30	0,00
1,80	0,75	7,35	46,41	хлеб пшеничный	30	0,00
22,367	22,607	82,95	635,32	Итого	670	8,75

Полдник

2,31	1,35	15,9	81	чай с молоком	200	0
3,39	5,27	45,5	240	биточки или котлеты манные с повидлом	130	0,19
5,7	6,62	61,4	321	Итого	330	0,19
44,3	66,6	182,5	1408,6	Всего на день	1472,0	49,5
				Соль йодированная	5,0	
37,8-43,2	42-48	182,7-208,8	1260-1440	Норма по СанПин 75%+- 5%		

Ответственный по питанию

Повар

Средотенко

(расшифровка подписи)

Средотенко В.А.

(расшифровка подписи)

Медицинский работник

(расшифровка подписи)

Согласовано:
Заведующий



Утверждено:
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 3-7 лет (10 часов)

" " 2025 г.

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг)
Б	Ж	У	ккал			с
3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	2	3-7 лет	3-7 лет

Вариант 2

Завтрак

5,04	5,69	17,78	101,52	суп молочный с мак изд	185	0,00
2,42	3,13	9,802	119	бутерброд с маслом	35	0
0,20	0,10	13,90	55,80	чай с лимоном	180	1,12
7,66	8,92	41,48	276,32	Итого	400	1,12

2-й завтрак

0,40	0,40	9,80	44,00	Флоды и ягоды свежие	100	10,00
0,4	0,4	9,8	44,0	Итого	100,0	10,0

Обед

0,71	3,04	4,20	46,95	свекла отварная с растительным маслом	50	4,75
1,74	5,70	9,70	97,30	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	185	7,05
14,14	14,73	8,96	247,80	котлеты рубленые из птицы	70	0,70
3,60	9,00	35,70	199,95	рис припущенный	150	0,00
0,28	0,99	1,17	14,82	соус сметанный	20	0,01
0,60	0,08	28,80	119,52	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	180	0,65
1,91	0,30	12,30	59,40	хлеб ржаной	30	0,00
1,80	0,75	7,35	46,41	хлеб пшеничный	30	0,00
24,78	34,59	108,18	832,15	Итого	715	13,16

Полдник

0,58	1,36	3,98	30,45	соус молочный сладкий	30	0,10
15,16	26,93	30,91	304,20	запеканка из творога с морковью	130	0,42
4,20	3,75	5,85	75,00	кисломолочный продукт	180	0,00
19,4	30,7	36,8	379,2	Итого	330,0	0,4
52,2	74,6	196,2	1531,7	Всего на день	1545,0	24,7
				Соль йодированная	5,0	
37,8-43,2	42-48	182,7-208,8	1260-1440	Норма по СанПин 75%+- 5%		

Ответственный по питанию

Повар

Срешоленко

Медицинский работник

(расшифровка подписи)

Срешоленко ВА

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

Согласовано:
Заведующий
Детский сад х. Николаев
ОГРН 1026101285101

Общество с ограниченной
ответственностью
«Бизнес Консалтинг»
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю.
ОГРН 1163443062705

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 3-7 лет (10 часов)

" " 2025 г.

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг)
Б	Ж	У	ккал			с
3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	2	3-7 лет	3-7 лет

Вариант 3

Завтрак

7,92	8,21	31,97	234,72	каша жидкая молочная из гречневой крупы	180	0,48
2,5	3,94	28,9	127,6	бутерброд с повидлом	45	0,48
0,06	0,01	13,5	54	чай с сахаром	180	0,3
10,5	12,2	74,4	416,3	Итого	405,0	1,3
2-й завтрак						
0,50	0,00	10,10	42,40	соки овощные, фруктовые и ягодные	100	40,00
0,5	0,0	10,1	42,4	Итого	100,0	40,0
Обед						
0,97	0,79	0,97	33	морковь припущенная	50	1,15
2,43	2,34	17,01	99,90	суп картофельный с макаронными изд	180	5,94
19,68	26,78	16,44	396,20	голубцы с мясом говядины(ленивые)	180	0,00
0,07	0,04	20,73	100,44	кисель из повидла с витамином С	180	1,62
1,91	0,30	12,30	59,40	хлеб ржаной	30	0,00
1,80	0,75	7,35	46,41	хлеб пшеничный	30	0,00
26,85	30,996	74,8	735,35	Итого	650	8,71
Полдник						
4,51	2,30	26,66	160,00	пирожок с картофелем и луком	75	0,03
4,41	4,5	28,98	106,74	какао с молоком	180	1,152
8,92	6,8	55,64	266,74	Итого	255	1,182
46,8	50,0	214,9	1460,8	Всего на день	1410,0	51,2
Соль йодированная					5,0	
37,8-43,2	42-48	182,7-208,8	1260-1440	Норма по СанПин 75%+- 5%		

Ответственный по питанию

Повар

Медицинский работник

(расшифровка подписи)
Еремюченко В.Н.
(расшифровка подписи)
(расшифровка подписи)

Согласовано:
Заведующий



Юлианская Н.Н.



Утверждено:
«Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 3-7 лет (10 часов)

"__" _____ 2025 г.

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Наименование блюд	вес блюда	Витамины
Б	Ж	У	ккал			(мг)
3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	2	3-7 лет	3-7 лет
Вариант 4						
Завтрак						
7,20	10,75	32,13	254,40	каша жидкая молочная овсяная	200	0,48
4,9	18,2	12,46	131,88	бутерброд с сыром	42	0,04
10,06	0,01	13,5	54	чай с сахаром	180	0,3
12,16	28,96	58,09	440,28	Итого	422	0,82
2-й завтрак						
0,40	0,40	9,80	44,00	Флоды и ягоды свежие	100	10,00
0,4	0,4	9,8	44,0	Итого	100,0	10,0
Обед						
0,65	2,50	4,00	42,00	капуста квашенная с растительным маслом	50	1,80
1,59	4,10	7,35	73,66	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	185	6,40
2,60	10,40	13,50	158,30	рагу из овощей	130	12,30
6,68	2,40	6,51	74,00	фрикадельки рыбные	80	0,70
0,41	1,05	1,42	16,76	соус молочный	20	0,07
0,14	0,14	25,092	103,14	компот из свежих плодoв с витамино С	180	0,81
1,91	0,30	12,30	59,40	хлеб ржаной	30	0,00
1,80	0,75	7,35	46,41	хлеб пшеничный	30	0,00
15,78	21,64	77,52	573,67	Итого	705	22,08
Полдник						
8,78	8,69	54,07	329,54	оладьи с повидлом	125	0,00
0,20	0,10	13,90	55,80	чай с лимоном	180	1,12
8,98	8,79	67,97	385,34	Итого	305	1,12
37,3	59,8	213,4	1443,3	Всего на день	1532,0	34,0
Соль йодированная					5,0	
37,8-43,2	42-48	182,7-208,8	1260-1440	Норма по СанПин 75%+- 5%		

Ответственный по питанию

Повар

Ср. Молочко

Медицинский работник

(расшифровка подписи)

Ср. Молочко В.В.

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

Согласовано:
Заведующий



А. Н. Красавская

Утверждено:
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Куртоножко Е.Ю.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 3-7 лет (10 часов)

"__" _____ 2025 г.

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг)
Б	Ж	У	ккал			с
3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	2	3-7 лет	3-7 лет
Вариант 5						
Завтрак						
5,06	5,99	15,48	244,30	каша жидкая молочная пшенная	180	0,48
2,42	3,13	9,802	119	бутерброд с маслом	35	0
3,17	2,68	15,95	100,60	кофейный напиток с молоком	200	0,22
10,7	11,8	41,2	463,9	Итого	415,0	0,7
2-й завтрак						
0,50	0,00	10,10	42,40	соки овощные, фруктовые и ягодные	100	40,00
0,5	0	10,1	42,4	Итого	100	40
Обед						
0,4	0,05	0,85	6,5	овощи по сезону	50	2,8
1,80	2,16	13,18	81,36	суп картофельный с крупой	180	7,06
4,97	5,27	27,70	178,10	макароны отварные с маслом	135	
10,43	7,98	9,03	150,50	фрикадельки куриные	70	4,71
0,41	1,05	1,42	16,76	соус сметанный	20	0,07
0,60	0,08	28,80	119,52	компот из смеси сухофруктов с витамином С	180	0,65
1,91	0,30	12,30	59,40	хлеб ржаной	30	0,00
1,80	0,75	7,35	46,41	хлеб пшеничный	30	0,00
22,315	17,641	100,626	658,55	Итого	695	15,287
Полдник						
16,27	8,74	24,86	243,00	вареники ленивые с молоком сгущенным	120	0,39
5,48	10,36	9,07	102,00	молоко кипяченое	180	2,96
21,75	19,1	33,93	345	Итого	300	3,35
55,2	48,5	185,9	1509,9	Всего на день	1510,0	59,3
				Соль йодированная	5,0	
37,8-43,2	42-48	182,7-208,8	1260-1440	Норма по СанПин 75%+- 5%		

Ответственный по питанию

Повар

Ермоленко

Медицинский работник

(расшифровка подписи)
Ермоленко В.Н.
(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

Согласовано:
Заведующий



Утверждено:
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 3-7 лет (10 часов)

" " 2025 г.

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг)
Б	Ж	У	ккал			с
3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	2	3-7 лет	3-7 лет
Вариант 6						
Завтрак						
6,35	9,42	41,64	275,7	макаронник	160	
2,5	3,94	28,9	127,6	бутерброд с повидлом	45	0,48
0,07	0,02	15	60	чай с сахаром	200	0,3
8,92	13,38	85,54	463,30	Итого	405,00	0,78
2-й завтрак						
0,40	0,40	9,80	44,00	плоды и ягоды свежие	100	10,00
0,40	0,40	9,80	44,00	Итого	100,00	10,00
Обед						
0,71	3,04	4,20	46,95	свекла отварная с растительным маслом	50	4,75
1,89	2,52	12,96	83,70	суп картофельный с клецками	180	2,79
17,40	18,90	14,90	299,00	мясо духовое	200	11,66
0,07	0,04	20,73	100,44	кисель из повидла с витамином С	180	1,62
1,91	0,30	12,30	59,40	хлеб ржаной	30	0,00
1,80	0,75	7,35	46,41	хлеб пшеничный	30	0,00
23,77	25,546	72,44	635,9	Итого	670	20,82
Полдник						
4,22	4,81	29,22	177,00	булочка "Российская"	60	0,00
2,67	2,61	14,31	72,9	чай с молоком	180	0
6,89	7,42	43,53	249,9	Итого	240	0
39,98	46,75	211,31	1393,10	Всего на день	1415	31,60
Соль йодированная					5,0	
37,8-43,2	42-48	182,7-208,8	1260-1440	Норма по СанПин 75%+- 5%		

Ответственный по питанию

Повар

Средотенко

Медицинский работник

(расшифровка подписи)

Средотенко ВВ

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

Согласовано:
Заведующий



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 3-7 лет (10 часов)

" " 2025 г.

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг)
Б	Ж	У	ккал			с
3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	2	3-7 лет	3-7 лет

Вариант 7

Завтрак

4,49	9,44	29,44	221,12	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	185	0,48
4,9	18,2	12,46	131,88	бутерброд с сыром	42	0,04
0,20	0,10	13,90	55,80	чай с лимоном	180	1,12
9,59	27,74	55,8	408,8	Итого	407	1,64

2-й завтрак

0,50	0,00	10,10	42,40	соки овощные, фруктовые и ягодные	100	40,00
0,5	0	10,1	42,4	Итого	100	40

Обед

0,52	2,00	3,20	33,60	капуста квашенная с растительным маслом	50	1,44
1,74	5,70	9,70	97,30	борщ с капустой и картофелем со сметаной	180	7,05
11,13	10,08	11,20	182,70	котлеты биточки, шницели	70	0,07
3,51	3,73	19,74	126,6	картофель в молоке	130	16,1
0,14	0,14	25,092	103,14	компот из свежих плодов с витамином С	180	0,81
1,91	0,30	12,30	59,40	хлеб ржаной	30	0,00
1,80	0,75	7,35	46,41	хлеб пшеничный	30	0,00
21	23	89	649	Итого	670	25,5

Полдник

12,60	22,49	25,76	323,38	запеканка из творога с морковью	130	0,78
4,20	3,75	5,85	75,00	кисломолочный продукт	180	0,00

16,80	26,24	31,61	398,38	Итого	310	0,78
48	77	186	1499	Всего на день	1487	68
				Соль йодированная	5,0	
37,8-43,2	42-48	182,7-208,8	1260-1440	Норма по СанПин 75%+- 5%		

Ответственный по питанию

Повар

Медицинский работник

Срешоленко

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

Согласовано:
Заведующий



Утверждено:
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 3-7 лет (10 часов)

" " 2025 г.

Пищевые вещества/g/			Энергет. ценность	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг)
Б	Ж	У	ккал			с
3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	2	3-7 лет	3-7 лет
Вариант 8						
Завтрак						
5,40	7,35	26,37	215,10	каша жидкая молочная из манной крупы	180	0,48
2,42	3,13	9,802	119	бутерброд с маслом	35	0
0,06	0,01	13,5	54	чай с сахаром	180	0,3
7,88	10,49	49,672	388,1	Итого	395	0,78
2-й завтрак						
0,40	0,40	9,80	44,00	Фрукты и ягоды свежие	100	10,00
0,4	0,4	9,8	44	Итого	100	10
Обед						
0,97	0,79	0,97	33	морковь припущенная	50	1,15
1,59	4,10	7,35	73,66	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	180/5	6,40
8,97	6,32	3,11	115,50	печень печеная в соусе	70	14,77
3,60	9,00	35,70	199,95	рис припущенный	150	0,00
0,60	0,08	28,80	119,52	компот из смеси сухофруктов с витамином С	180	0,65
1,91	0,30	12,30	59,40	хлеб ржаной	30	0,00
1,80	0,75	7,35	46,41	хлеб пшеничный	30	0,00
19,44	21,34	95,58	647,44	Итого	695	22,97
Полдник						
4,32	1,76	41,67	201,00	пирожок с повидлом	75	0,03
5,48	10,36	9,07	102,00	Молоко кипяченое	180	2,96
9,8	12,115	50,74	303	Итого	255	2,99
37,52	44,34	205,79	1382,54	Всего на день	1445	36,74
Соль йодированная					5,0	
Норма по СанПин 75%+- 5%						
37,8-43,2	42-48	182,7-208,8	1260-1440			

Ответственный по питанию

Повар

С.С. Моленко

Медицинский работник

(расшифровка подписи)

С.С. Моленко В.А.

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

Согласовано:
Заведующий



Утверждено:
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Иск. /Кортоножко Е.Ю.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 3-7 лет (10 часов)

" " 2025 г.

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг)
Б	Ж	У	ккал			с
3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	2	3-7 лет	3-7 лет

Вариант 9

Завтрак

6,45	11,14	20,74	256,50	каша жидкая молочная овсяная	180	0,48
2,5	3,94	28,9	127,6	бутерброд с повидлом	45	0,48
0,20	0,10	13,90	55,80	чай с лимоном	180	1,12
9,15	15,18	63,54	439,9	Итого	405	2,08

2-й завтрак

0,50	0,00	10,10	42,40	соки овощные, фруктовые и ягодные	100	40,00
0,5	0	10,1	42,4	Итого	100	40

Обед

0,55	0,05	0,8	8	овощи по сезону	50	5,5
9,50	4,70	13,56	127,30	суп картофельный с мясными фрикадельками	180	7,60
16,80	30,00	20,60	418,00	плов из птицы	200	0,60
0,07	0,04	20,73	100,44	кисель из повидла с витамином С	180	1,62
1,91	0,30	12,30	59,40	хлеб ржаной	30	0,00
1,80	0,75	7,35	46,41	хлеб пшеничный	30	0,00
30,62	35,836	75,34	759,55	Итого	670	15,32

Полдник

5,08	4,60	0,28	63,00	яйцо вареное	40	
4,51	2,30	26,66	160,00	пирожок с картофелем и луком	75	0,03
2,67	2,61	14,31	72,9	чай с молоком	180	0
7,18	4,91	40,97	232,9	Итого	255	0,03
47,45	55,93	189,95	1 474,75	Всего на день	1 430,00	57,43
				Соль йодированная	5,0	
37,8-43,2	42-48	182,7-208,8	1260-1440	Норма по СанПин 75%+- 5%		

Ответственный по питанию

Повар

С.С. Молочко

Медицинский работник

(расшифровка подписи)
С.С. Молочко В.А.
(расшифровка подписи)
(расшифровка подписи)

Согласовано
Заведующий



Утверждено:

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 3-7 лет (10 часов)

"__" _____ 2025 г.

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг)
Б	Ж	У	ккал			с
3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	2	3-7 лет	3-7 лет
Вариант 10						
Завтрак						
7,92	8,21	31,97	234,72	каша жидкая молочная из гречневой крупы	180	0,48
2,42	3,13	9,802	119	бутерброд с маслом	35	0
0,06	0,01	13,5	54	чай с сахаром	180	0,3
10,4	11,348	55,272	407,72	Итого	395	0,78
2-й завтрак						
0,40	0,40	9,80	44,00	плоды и ягоды свежие	100	10,00
0,4	0,4	9,8	44	Итого	100	10
Обед						
0,71	3,04	4,20	46,95	свекла отварная с растительным маслом	50	4,75
1,45	3,66	8,62	77,22	рассольник ленинградский	180	5,94
11,82	5,94	30,35	221,00	пюре из гороха	130	0,00
8,26	8,05	11,76	152,50	тефтели рыбные в соусе №331	100	5,80
0,14	0,14	25,092	103,14	компот из свежих плодов с витамином С	180	0,81
1,91	0,30	12,30	59,40	хлеб ржаной	30	0,00
1,80	0,75	7,35	46,41	хлеб пшеничный	30	0,00
26,085	21,88	99,672	706,62	Итого	680	17,3
Полдник						
5,85	4,62	34,63	208,50	булочка веснушка	75	0,00
5,22	4,50	7,20	90,00	кисломолочный продукт	180	0,12
11,07	9,12	41,83	298,5	Итого	255	0,12
47,955	42,748	206,574	1456,84	Всего на день	1430	28,2
				Соль йодированная	5,0	

Ответственный по питанию

Повар

С. С. Молочко

Медицинский работник

(расшифровка подписи)
С. С. Молочко В. А.
(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)