



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 14
ст. Северский МО Северский район
Беззалева О.В.
2025

Ежедневное меню основного /организованного/ питания

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет
НЕДЕЛЯ 1					
ДЕНЬ 1					
Завтрак	суп молочный с макаронными изделиями	150гр	200гр	101,4	135,2
	бутерброд с маслом	28гр	40гр	85	136
	чай	180гр	200гр	4,2	5,6
Итого за завтрак		358гр	440гр	190,6	276,8
Второй завтрак	фрукты свежие	100гр	100гр	44	44
Итого за второй завтрак		100гр	100гр	44	44
Обед	овощи свежие /порциями/	40гр	50гр	4,4	5,5
	суп с клецками	150гр	180гр	164	196,8
	жаркое по-домашнему	160гр	210гр	205	265
	хлеб пшеничный	20гр	30гр	55,8	68,7
	хлеб ржаной	30гр	30гр	64,2	64,2
	кисель из сока	150гр	180гр	92,7	123,6
Итого за обед		550гр	680гр	586,1	723,8
Полдник	рогалик с повидлом	50гр	70гр	70,57	102,8
	кисломолочный напиток	180гр	200гр	60	75
Итого за полдник		230гр	270гр	130,57	177,8
Итого за 1 день		1238гр	1490гр	951,27	1222,4
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет от 3 до 7 лет - 126 руб. 46 коп.					
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет до 3 лет - 109 руб. 00 коп.					



Ежедневное меню основного /организованного/ питания

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет
НЕДЕЛЯ 1					
ДЕНЬ 2					
Завтрак	соус молочный /сладкий/	50гр	50гр	50,75	50,75
	пудинг из творога	100гр	130гр	127	205
	бутерброд с сыром	32гр	45гр	92,5	104,7
	чай	180гр	200гр	4,2	5,6
Итого за завтрак		362гр	425гр	274,45	366,05
Второй завтрак	фрукты свежие	100гр	100гр	44	44
Итого за второй завтрак		100гр	100гр	44	44
Обед	салат из свежих огурцов	40гр	50гр	39,84	49,8
	суп крестьянский	150гр	180гр	85,83	115
	плов из птицы	160гр	200гр	304	406
	хлеб пшеничный	20гр	30гр	55,8	68,7
	хлеб ржаной	30гр	30гр	64,2	64,2
	компот из сушеных фруктов	150гр	180гр	84,75	113
Итого за обед		550гр	670гр	634,42	816,7
Полдник	кондитерские изделия	22,5гр	37,5гр	73,26	122,1
	яйца вареные	20гр	20гр	31,5	31,5
	молоко	180гр	200гр	72	85
Итого за полдник		222,5гр	257,5гр	176,76	238,6
Итого за 2 день		1234,5гр	1452,5гр	1129,63	1465,35
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет от 3 до 7 лет - 126 руб. 46 коп.					
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет до 3 лет - 109 руб. 00 коп.					



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ ДСОВБ № 14
Северско-Кавказский район
Берегелова О.В.
2025

Ежедневное меню основного /организованного/ питания

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3					
Завтрак	каша вязкая манная молочная	150гр	200гр	124,8	192
	бутерброд с маслом	28гр	40гр	85	136
	чай	180гр	200гр	4,2	5,6
Итого за завтрак		358гр	440гр	214	333,6
Второй завтрак	фрукты свежие	100гр	100гр	44	44
Итого за второй завтрак		100гр	100гр	44	44
Обед	салат из свеклы	40гр	50гр	45,04	56,3
	борщ с капустой и картофелем	150гр	180гр	61,5	82
	гуляш из субпродуктов	50гр	80гр	78	124,8
	каша гречневая рассыпчатая	110гр	130гр	137,92	163
	хлеб пшеничный	20гр	30гр	55,8	68,7
	хлеб ржаной	30гр	30гр	64,2	64,2
	компот из сушеных фруктов	150гр	180гр	84,75	113
Итого за обед		550гр	680гр	527,21	672
Полдник	омлет с сыром	100гр	100гр	184	184
	хлеб ржаной	-	15гр	-	32,1
	хлеб пшеничный	15гр	-	34,35	-
	какао с молоком	180гр	200гр	107	118,88
Итого за полдник		295гр	315гр	325,35	334,98
Итого за 3 день		1303гр	1535гр	1110,56	1384,58
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет от 3 до 7 лет - 126 руб. 46 коп.					
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет до 3 лет - 109 руб. 00 коп.					



ИТВЕРЖДАЮ
Муниципальное бюджетное учреждение
детского сада № 14
г. Северск Мурманской области
Северский район
Беспалова О.В.

2025

Ежедневное меню основного /организованного/ питания

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет
НЕДЕЛЯ 1					
ДЕНЬ 4					
Завтрак	соус молочный /сладкий/	50гр	50гр	50,75	50,75
	запеканка из творога	100гр	130гр	124	247
	бутерброд с сыром	32гр	45гр	92,5	104,7
	чай	180гр	200гр	4,2	5,6
Итого за завтрак		362гр	425гр	271,45	408,05
Второй завтрак	фрукты свежие	100гр	100гр	44	44
Итого за второй завтрак		100гр	100гр	44	44
Обед	овощи свежие /порциями/	40гр	50гр	4,4	5,5
	суп картофельный с бобовыми	150гр	180гр	80,83	107,8
	свекла тушеная	110гр	130гр	98,57	116,5
	суфле из рыбы	50гр	80гр	110,68	142
	хлеб пшеничный	20гр	30гр	55,8	68,7
	хлеб ржаной	30гр	30гр	64,2	64,2
	компот из сушеных фруктов	150гр	180гр	84,75	113
Итого за обед		550гр	680гр	499,23	617,7
Полдник	булочка домашняя	50гр	70гр	55,5	77,7
	кисломолочный напиток	180гр	200гр	60	75
Итого за полдник		230гр	270гр	115,5	152,7
Итого за 4 день		1242гр	1475гр	930,18	1222,45
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет от 3 до 7 лет - 126 руб. 46 коп.					
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет до 3 лет - 109 руб. 00 коп.					



Ежедневное меню основного /организованного/ питания

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет
НЕДЕЛЯ 1					
ДЕНЬ 5					
Завтрак	суп молочный с пшеном	150гр	200гр	110,1	146,8
	бутерброд с маслом	28гр	40гр	85	136
	чай	180гр	200гр	4,2	5,6
Итого за завтрак		358гр	440гр	199,3	288,4
Второй завтрак	сок	200гр	200гр	180	180
Итого за второй завтрак		200гр	200гр	180	180
Обед	овощи свежие /порциями/	40гр	50гр	4,4	5,5
	суп рыбный	150гр	180гр	97,16	116,6
	голубцы ленивые	160гр	200гр	229,6	284,71
	хлеб пшеничный	20гр	30гр	55,8	68,7
	хлеб ржаной	30гр	30гр	64,2	64,2
	компот из сушеных фруктов	150гр	180гр	84,75	113
Итого за обед		550гр	670гр	535,91	652,71
Полдник	кондитерские изделия	22,5гр	37,5гр	73,26	122,1
	молоко	180гр	200гр	72	85
	фрукты свежие	100гр	100гр	44	44
Итого за полдник		302,5гр	337,5гр	189,26	251,1
Итого за 5 день		1410,5гр	1647,5гр	1104,47	1372,21
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет от 3 до 7 лет - 126 руб. 46 коп.					
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет до 3 лет - 109 руб. 00 коп.					



Ежедневное меню основного /организованного/ питания

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет
НЕДЕЛЯ 2					
ДЕНЬ 6					
Завтрак	каша вязкая молочная геркулесовая	150гр	200гр	121,55	187
	бутерброд с маслом	28гр	40гр	85	136
	чай	180гр	200гр	4,2	5,6
Итого за завтрак		358гр	440гр	210,75	328,6
Второй завтрак	фрукты свежие	100гр	100гр	44	44
Итого за второй завтрак		100гр	100гр	44	44
Обед	овощи свежие /порциями/	40гр	50гр	4,4	5,5
	суп картофельный с макаронными изделиями	150гр	180гр	62,83	83,8
	суфле из мяса	50гр	80гр	179	232
	каша пшеничная рассыпчатая	110гр	130гр	103	179
	соус сметанный с томатом	-	30гр	-	40
	соус сметанный	30гр	-	22,23	-
	хлеб пшеничный	20гр	30гр	55,8	68,7
	хлеб ржаной	30гр	30гр	64,2	64,2
	кисель из сока	150гр	180гр	92,7	123,6
Итого за обед		580гр	710гр	578,16	720,8
Полдник	ватрушка с повидлом	50гр	70гр	44,3	62
	кисломолочный напиток	180гр	200гр	60	75
Итого за полдник		230гр	270гр	104,28	137
Итого за 6 день		1268гр	1520гр	937,21	1230,4
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет от 3 до 7 лет - 126 руб. 46 коп.					
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет до 3 лет - 109 руб. 00 коп.					



Ежедневное меню основного /организованного/ питания

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет
НЕДЕЛЯ 2					
ДЕНЬ 7					
Завтрак	соус молочный /сладкий/	50гр	50гр	50,75	50,75
	запеканка из творога с морковью	100гр	130гр	117	244
	бутерброд с сыром	32гр	45гр	92,5	104,7
	чай	180гр	200гр	4,2	5,6
Итого за завтрак		362гр	425гр	264,45	405,05
Второй завтрак	фрукты свежие	100гр	100гр	44	44
Итого за второй завтрак		100гр	100гр	44	44
Обед	салат из свежих огурцов	40гр	50гр	39,84	49,8
	суп картофельный с крупой	150гр	180гр	62,7	83,6
	рагу из птицы	160гр	200гр	278,85	318,57
	хлеб пшеничный	20гр	30гр	55,8	68,7
	хлеб ржаной	30гр	30гр	64,2	64,2
	компот из сушеных фруктов	150гр	180гр	84,75	113
Итого за обед		550гр	670гр	586,14	697,87
Полдник	яйца вареные	20гр	20гр	31,5	31,5
	кондитерские изделия	22,5гр	37,5гр	73,26	122,1
	молоко	180гр	200гр	72	85
Итого за полдник		222,5гр	257,5гр	176,76	238,6
Итого за 7 день		1234,5гр	1452,5гр	1071,35	1385,52
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет от 3 до 7 лет - 126 руб. 46 коп.					
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет до 3 лет - 109 руб. 00 коп.					



Заведующий МБДОУ ДС № 14
г. Северский МО Северский район
Беспалова О.В.

12.11.2025

Ежедневное меню основного /организованного/ питания

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет
НЕДЕЛЯ 2					
ДЕНЬ 8					
Завтрак	каша вязкая пшеничная молочная	150гр	200гр	132,6	204
	бутерброд с маслом	28гр	40гр	85	136
	чай	180гр	200гр	4,2	5,6
	фрукты свежие	100гр	100гр	44	44
Итого за завтрак		458гр	540гр	265,8	389,6
Второй завтрак	сок	200гр	200гр	180	180
Итого за второй завтрак		200гр	200гр	180	180
Обед	салат из свеклы	40гр	50гр	45,04	56,3
	свекольник	150гр	180гр	153,83	184,6
	макаронник с субпродуктами	160гр	200гр	270,7	319
	соус сметанный с томатом	-	30гр	-	40
	соус сметанный	30гр	-	22,23	-
	хлеб пшеничный	20гр	30гр	55,8	68,7
	хлеб ржаной	30гр	30гр	64,2	64,2
	компот из сушеных фруктов	150гр	180гр	84,75	113
Итого за обед		580гр	700гр	696,55	845,8
Полдник	омлет с мясом	100гр	100гр	186,66	186,66
	хлеб ржаной	-	15гр	-	32,1
	хлеб пшеничный	15гр	-	34,35	-
	какао с молоком	180гр	200гр	107	118,88
Итого за полдник		295гр	315гр	328,01	337,64
Итого за 8 день		1533гр	1755гр	1470,36	1753,04

Стоимость питания на одного ребенка в день составляет от 3 до 7 лет - 126 руб. 46 коп.

Стоимость питания на одного ребенка в день составляет до 3 лет - 109 руб. 00 коп.



Ежедневное меню основного /организованного/ питания

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет
НЕДЕЛЯ 2					
ДЕНЬ 9					
Завтрак	соус молочный /сладкий/	50гр	50гр	50,75	50,75
	пудинг из творога с рисом	100гр	130гр	112	204
	бутерброд с сыром	32гр	45гр	92,5	104,7
	чай	180гр	200гр	4,2	5,6
Итого за завтрак		362гр	425гр	259,45	365,05
Второй завтрак	фрукты свежие	100гр	100гр	44	44
		100гр	100гр	44	44
Итого за второй завтрак					
Обед	овощи свежие /порциями/	40гр	50гр	4,4	5,5
	щи из свежей капусты с картофелем	150гр	180гр	56,5	67,8
	пюре картофельное	110гр	130гр	84,1	99,5
	котлета рыбная	50гр	80гр	108,75	174
	хлеб пшеничный	20гр	30гр	55,8	68,7
	хлеб ржаной	30гр	30гр	64,2	64,2
	компот из сушеных фруктов	150гр	180гр	84,75	113
Итого за обед		550гр	680гр	458,5	592,7
Полдник	булочка российская	50гр	70гр	105,57	149,4
	кисломолочный напиток	180гр	200гр	60	75
Итого за полдник		230гр	270гр	165,57	224,4
Итого за 9 день		1242гр	1475гр	927,52	1226,15
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет от 3 до 7 лет - 126 руб. 46 коп.					
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет до 3 лет - 109 руб. 00 коп.					



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ ДС №14
ст. Северской МО Северский район
Беспалова О.В.

2025

Ежедневное меню основного /организованного/ питания

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции	
		от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 года до 3 лет	от 3 до 7 лет
НЕДЕЛЯ 2					
ДЕНЬ 10					
Завтрак	суп молочный с крупой ячневой	150gr	200gr	107,4	143,2
	бутерброд с маслом	28gr	40gr	85	136
	чай	180gr	200gr	4,2	5,6
Итого за завтрак		358gr	440gr	196,6	284,8
Второй завтрак	сок	200gr	200gr	180	180
Итого за второй завтрак		200gr	200gr	180	180
Обед	овощи свежие /порциями/	40gr	50gr	4,4	5,5
	суп рыбный	150gr	180gr	97,16	116,6
	бигус	160gr	200gr	234,26	296
	хлеб пшеничный	20gr	30gr	55,8	68,7
	хлеб ржаной	30gr	30gr	64,2	64,2
	компот из сушеных фруктов	150gr	180gr	84,75	113
Итого за обед		550gr	670gr	540,57	664
Полдник	кондитерские изделия	22,5gr	37,5gr	73,26	122,1
	молоко	180gr	200gr	72	85
	фрукты свежие	100gr	100gr	44	44
Итого за полдник		302,5gr	337,5gr	189,26	251,1
Итого за 10 день		1410,5gr	1647,5gr	1106,43	1379,9
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет от 3 до 7 лет - 126 руб. 46 коп.					
Стоимость питания на одного ребенка в день составляет до 3 лет - 109 руб. 00 коп.					