

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –
ДЕТСКИЙ САД № 416**

(МАДОУ – ДЕТСКИЙ САД № 416)

ул. Сыромолотова, 7-б, г. Екатеринбург, 620072

Тел./факс: (343)222-60-50

<http://www.416.tvoysadik.ru/>; e-mail: mdou416@eduekb.ru

ИНН/КПП 6670209231/667001001

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ - детский сад № 416

Давлятшина Н. Н.
Приказ № 44 от 03.06.2025г.



ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся МАДОУ – детского сада № 416
с 1,5 до 3 лет

г. Екатеринбург

Утверждаю:



1-ый день

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	207,34276	0,00447	0,00620	0,02847	0,15
Кофейный напиток с молоком	95,30750	0,00252	0,00253	0,01273	0,15
Батон с маслом	102,82632	0,00211	0,00494	0,01449	0,05
Итого:	405,47658	0,00911	0,01367	0,05569	0,35
Завтрак второй					
Йогурт питьевой	69,23560	0,00472	0,00302	0,00803	0,12
Итого:	69,23560	0,00472	0,00302	0,00803	0,12
Обед					
Компот из сухофруктов	81,55921	0,00054	0,00003	0,01843	0,15
Салат из свежих помидор с растительным маслом	62,45105	0,00044	0,00605	0,00209	0,05
Биточки (котлеты) из мяса паровые	158,13368	0,01597	0,00660	0,00476	0,06
Свекольник со сметаной	108,78026	0,00178	0,00457	0,01420	0,15
Рагу из овощей	108,60026	0,00276	0,00400	0,01390	0,11
Хлеб ржаной	47,15526	0,00168	0,00031	0,01067	0,03
Итого:	514,44435	0,02316	0,02155	0,06405	0,55
Полдник					
Запеканка из творога	199,82974	0,00819	0,01031	0,01242	0,12
Сгущенное молоко	66,44211	0,00147	0,00174	0,01147	0,01
Чай	34,55882	0,00000	0,00000	0,00817	0,15
Хлеб пшеничный	58,50987	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
Итого:	400,23560	0,01156	0,01227	0,04459	0,31
Всего:	1380,09076	37,00250	42,22245	182,71100	1,32

8/11
13/10
035

023

6/10

15/10

14/18

5/2

180-3

1003-1

9/5

262

10/10

050

Утверждаю



2-ой день

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным	128,25000	0,00334	0,00403	0,01732	0,15
Какао с молоком	120,92931	0,00342	0,00344	0,01675	0,15
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,05
Итого:	337,84931	0,00870	0,01151	0,04742	0,35
Завтрак второй					
Фрукт	66,89300	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	66,89300	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Обед					
Картофельное пюре с морковью	72,70724	0,00149	0,00242	0,01041	0,11
Салат из отварной свеклы с растительным маслом	35,02724	0,00042	0,00222	0,00317	0,04
Биточки(котлеты) рыбные	178,07207	0,02055	0,00661	0,00587	0,06
Уха рыбацкая	122,45759	0,00836	0,00448	0,00986	0,15
Кисель из брусники.	53,96172	0,00015	0,00000	0,01485	0,15
Хлеб ржаной	32,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,03
Итого:	510,23458	0,03360	0,01621	0,06088	0,54
Полдник					
Омлет	153,14276	0,00787	0,01112	0,00139	0,12
Чай с лимоном	29,68621	0,00005	0,00001	0,00692	0,15
Сыр	32,40828	0,00239	0,00247	0,00000	0,01
Печенье	137,40000	0,00312	0,00156	0,02304	0,02
Хлеб пшеничный	57,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
Итого:	410,38724	0,01534	0,01538	0,04388	0,33
Всего:	1342,13993	37,78990	42,22230	182,70000	1,32

5/4
14/10
035

346

4/3

20/1
9/4
30/12/14
8/10/16
4003-1

11038/6
11/10
435/12
308
050

Утверждаю



3-ий день

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	141,78741	0,00357	0,00480	0,01887	0,15
Кофейный напиток с молоком	93,26556	0,00276	0,00282	0,01168	0,15
Батон с маслом и сыром	183,10000	0,00494	0,00771	0,01603	0,05
Итого:	400,15296	0,01127	0,01533	0,04658	0,35
Завтрак второй					
Напиток из шиповника	67,55556	0,00036	0,00000	0,01636	0,15
Итого:	67,55556	0,00036	0,00000	0,01636	0,15
Обед					
Плов из мяса кур	360,18481	0,02187	0,01757	0,02199	0,2
Суп овощной на курином бульоне со сметаной	45,18667	0,00088	0,00227	0,00479	0,15
Кисель из брусники.	64,03370	0,00015	0,00000	0,01485	0,15
Хлеб ржаной	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Итого:	513,80519	0,02553	0,02033	0,05835	0,54
Полдник					
Ватрушка с творогом	189,35741	0,00559	0,00767	0,02020	0,05
Суп молочный с лапшой	79,89593	0,00247	0,00287	0,00939	0,12
Чай	58,49519	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб пшеничный	57,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
Итого:	399,49852	0,00995	0,01076	0,04893	0,34
Всего:	1342,13000	37,11741	42,41333	182,22556	1,32

15/4
13/10
035

16/10

4/9/4

04404
8/10/6
003

5/12
21/12
10/10
050

Российская Федерация г. Екатеринбург
Администрация
Управление дошкольного образования
Муниципальный детский сад
№ 416
для документов
Муниципальный * дошкольный * детский сад
г. Екатеринбург * 620031
ИНН 76-086670012362

4-ЫЙ ДЕНЬ

14/14
14/10
035

15/15/3

76/3
6/10
5/9
20/12
27/1
003

21/3
7/14
10/10
308
050



5-ый день

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	134,80500	0,00344	0,00474	0,01664	0,15
Кофейный напиток с молоком	93,12500	0,00276	0,00282	0,01168	0,15
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,05
Итого:	399,60000	0,00814	0,01161	0,04167	0,35
Завтрак второй					
Сок	72,80000	0,00090	0,00018	0,01818	0,15
Итого:	72,80000	0,00090	0,00018	0,01818	0,15
Обед					
Компот из сухофруктов	58,76250	0,00037	0,00002	0,01349	0,15
Огурец консервированный	2,60000	0,00015	0,00002	0,00046	0,03
Щи из свежей капусты со сметаной	49,27875	0,00122	0,00207	0,00634	0,15
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом	289,21167	0,01439	0,01322	0,02246	0,18
Хлеб ржаной	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Итого:	472,25292	0,01877	0,01581	0,05947	0,55
Полдник					
Рагу из овощей	173,78917	0,00216	0,00216	0,01088	0,11
Сыр	92,41333	0,00239	0,00247	0,00000	0,03
Чай	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб пшеничный	87,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
Итого:	400,37750	0,00645	0,00485	0,03022	0,32
Всего:	1320,89650	37,25708	42,44500	182,53958	1,3

4/14
13/10
035

20/10

6/10
304
6/12

36/8/2
003

180-4
5/13
16/10
050

Утверждаю



6-ой день

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Какао с молоком	120,92931	0,00342	0,00344	0,01675	0,15
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	122,31000	0,00342	0,00437	0,01660	0,15
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,05
Итого:	331,90931	0,00879	0,01186	0,04670	0,35
Завтрак второй					
Йогурт питьевой	74,20220	0,00549	0,00479	0,01273	0,1
Итого:	74,20220	0,00549	0,00479	0,01273	0,1
Обед					
Компот из сухофруктов	58,76690	0,00037	0,00002	0,01349	0,15
Рассольник со сметаной	59,67034	0,00114	0,00213	0,00808	0,15
Бигус с мясом	200,49241	0,01268	0,01159	0,01285	0,2
Хлеб ржаной	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Итого:	460,32966	0,01682	0,01422	0,05114	0,54
Полдник					
Запеканка из творога	317,94621	0,01599	0,01963	0,01087	0,12
Сгущенное молоко	65,54483	0,00147	0,00174	0,01147	0,02
Чай	28,49034	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб пшеничный	37,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,01
Итого:	399,73138	0,01936	0,02160	0,04167	0,3
Всего:	1434,01172	38,45862	42,46828	182,24207	1,314

14/10

2/10
035

49/5

6/10
9/10
061
003

9/5
351
10/10
050



7-ой день

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Кофейный напиток с молоком	93,12500	0,00276	0,00282	0,01168	0,15
Каша вязкая из пшена и риса молочная "Дружба 3" с маслом	145,36538	0,00409	0,00425	0,02028	0,15
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,05
Итого:	327,16038	0,00880	0,01112	0,04532	0,35
Завтрак второй					
Фрукт	66,50000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	66,50000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Обед					
Компот из сухофруктов	58,83538	0,00037	0,00002	0,01349	0,15
Салат из отварной свеклы с черносливом и растительным маслом	49,18500	0,00040	0,00222	0,00662	0,04
Суп картофельный с клецками мясом курицы со сметаной	70,13462	0,00159	0,00252	0,00914	0,15
Мясо кур отварное	267,00462	0,01892	0,01788	0,00093	0,06
Каша гречневая рассыпчатая	133,24308	0,00367	0,00363	0,02260	0,12
Хлеб ржаной	32,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,02
Итого:	512,59873	0,02759	0,02674	0,06950	0,54
Полдник					
Огурец консервированный	3,65800	0,00015	0,00002	0,00046	0,03
Картофель отварной	135,98230	0,00183	0,00276	0,01595	0,12
Чай	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб пшеничный	57,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
Итого:	399,11210	0,00388	0,00300	0,03574	0,32
Всего:	1350,89035	36,89999	42,55550	182,89200	1,3

13/10
09/11
035
346
6/10
26/1
11-3
119/11
и 086/11
002
368
630/4
10/10
050

Утверждаю



8-ой день

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Батон с маслом и сыром	95,35286	0,00309	0,00452	0,00973	0,05
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	156,36000	0,00442	0,00494	0,01957	0,15
Кофейный напиток с молоком	93,12500	0,00276	0,00282	0,01168	0,15
Итого:	344,83786	0,01027	0,01228	0,04097	0,35
Завтрак второй					
Сок	72,80000	0,00090	0,00018	0,01818	0,15
Итого:	72,80000	0,00090	0,00018	0,01818	0,15
Обед					
Макаронные изделия отварные	209,27000	0,00533	0,00469	0,03824	0,12
Компот из сухофруктов	58,76250	0,00037	0,00002	0,01349	0,15
Суп геркулесовый	56,52893	0,00108	0,00155	0,00898	0,15
Печень говяжья по-строгановски	78,11821	0,00869	0,00381	0,00051	0,06
Хлеб ржаной	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,04
Итого:	467,92964	0,01711	0,01036	0,07167	0,52
Полдник					
Сдоба обыкновенная	175,10429	0,00459	0,00332	0,02815	0,05
Чай с лимоном	29,72821	0,00005	0,00001	0,00692	0,15
Рагу из овощей	73,79893	0,00216	0,00216	0,01088	0,1
Хлеб пшеничный	57,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
Итого:	436,38143	0,00870	0,00571	0,05848	0,32
Всего:	1320,25987	36,98714	42,52357	182,29857	1,32

4/13/1

11/14
13/10

20/10

151-4
6/110
550-1
249/12
003

8/112
11/10
180-8
050

Утверждаю



9 - ый день

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	152,43885	0,00432	0,00606	0,01941	0,15
Какао с молоком	120,79923	0,00342	0,00344	0,01675	0,15
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,05
Итого:	361,90808	0,00968	0,01355	0,04951	0,35
Завтрак второй					
Напиток	66,98200	0,00008	0,00000	0,01163	0,15
Итого:	66,98200	0,00008	0,00000	0,01163	0,15
Обед					
Компот из сухофруктов	58,83538	0,00037	0,00002	0,01349	0,15
Суп-пюре гороховый	79,74731	0,00394	0,00145	0,01184	0,15
Салат из свежих огурцов с растительным маслом	47,78346	0,00042	0,00455	0,00199	0,045
Жаркое по-домашнему	232,26962	0,01163	0,01081	0,01773	0,18
Хлеб ржаной	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Итого:	491,03577	0,01900	0,01730	0,06177	0,565
Полдник					
Запеканка из творога с рисом	241,64962	0,00755	0,01408	0,02242	0,12
Сгущенное молоко	65,47692	0,00147	0,00174	0,01147	0,01
Чай	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб пшеничный	57,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
Итого:	399,30154	0,01093	0,01605	0,05323	0,3
Всего:	1319,23580	37,98990	42,30012	181,99820	1,389

2/14
14/10
035

15/10

6/10
29/12

14/11
040
003

14/15/12
26/12
10/10
050

Утверждаю



10 - ый день

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	145,19750	0,00371	0,00455	0,01950	0,15
Кофейный напиток с молоком	93,12500	0,00276	0,00282	0,01168	0,15
Батон с маслом и сыром	110,35286	0,00309	0,00452	0,00973	0,05
Итого:	393,67536	0,00956	0,01188	0,04090	0,35
Завтрак второй					
Напиток	68,22220	0,00095	0,00006	0,01373	0,15
Итого:	68,22220	0,00095	0,00006	0,01373	0,15
Обед					
Компот из сухофруктов	58,76250	0,00037	0,00002	0,01349	0,15
Борщ со сметаной	75,37643	0,00133	0,00341	0,00929	0,15
Картофельное пюре	120,35400	0,00163	0,00248	0,01216	0,11
Тефтели рыбные в соусе	127,33429	0,00670	0,00602	0,00872	0,1
Хлеб ржаной	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Итого:	510,25480	0,01266	0,01241	0,06039	0,55
Полдник					
Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом	218,28000	0,00190	0,00155	0,02222	0,04
Суп молочный с лапшой	79,79250	0,00247	0,00287	0,00939	0,11
Чай с лимоном	29,72821	0,00005	0,00001	0,00692	0,15
Хлеб пшеничный	57,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
Итого:	400,55071	0,00632	0,00465	0,05105	0,32
Всего:	1320,53212	37,48357	42,00500	182,07286	1,3

19/4
13/10
4/13/11
15/15/3
6/10
2/2
6/4/3
11/4/2
003
11/4/11
11/15
11/150
050

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430383

Владелец Давлятшина Наталья Николаевна

Действителен с 17.04.2024 по 17.04.2025