

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ -
детский сад № 27
«Чебурашка» г. Клинцы
Брянской области
Т.П. Сергеева
« 2025г.



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ «ГОРОД КЛИНЦЫ БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ»
КЛИНЦОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ АДМИНИСТРАЦИЯ
ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ КЛИНЦОВСКОЙ ГОРОДСКОЙ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ –
ДЕТСКИЙ САД № 27 «ЧЕБУРАШКА»
Г.КЛИНЦЫ БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ
ул. Мира, д. 87, г.Клинцы, Брянская область, 243140
Тел.: (48336) 5-11-54, E-mail: kldou27@yandex.ru
ИНН 3203005360 КПП 324101001 ОГРН 1023201340194

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ ДЕТЕЙ С 3-Х ДО 7-МИ ЛЕТ

**С 10,5 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
ДЕТЕЙ**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ -
детский сад № 27
«Чебурашка» г. Клинцы
Брянской области

_____ Г.Л. Сергеева
« ____ » _____ 2025г.

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ «ГОРОД КЛИНЦЫ БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ»
КЛИНЦОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ АДМИНИСТРАЦИЯ
ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ КЛИНЦОВСКОЙ ГОРОДСКОЙ АДМИНИСТРАЦИИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ –

ДЕТСКИЙ САД № 27 «ЧЕБУРАШКА»

Г.КЛИНЦЫ БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ

ул. Мира, д. 87, г.Клинцы, Брянская область, 243140

Тел.: (48336) 5-11-54, E-mail: kldou27@yandex.ru

ИНН 3203005360 КПП 324101001 ОГРН 1023201340194

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ ДЕТЕЙ С 3-Х ДО 7-МИ ЛЕТ

**С 10,5 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
ДЕТЕЙ**

1 День (понедельник)

Наименование блюда	Выход г.	Б	Ж	У	К кал	Витамин С	№ тех. карты
<i>Завтрак 1</i>							
Молочная манная каша	200	7,33	7,0	28,33	192,62	0,3	№ 163
Чай с сахаром	200	0,2	-	25,44	92,24	0,06	№ 381
Бутерброд с маслом	40/10	4,65	11,89	10,7	152,46	0,21	№ 6
Сыр	15	3,0	4,5	-	54,15	0,24	№ 6/1
<i>Завтрак 2</i>							
Сок фруктовый	100	-	-	10,0	40,0	3,0	№ 532
<i>Обед</i>							
Кукуруза консервированная	60	2,22	-	4,4	41,41	2,9	
1. Суп карт. с макар. издел.	200	12,58	7,2	33,7	289,72	-	№ 40
2. Котлета куриная	80	24,4	20,9	6,15	280,3	3,27	№ 14
Соус	50	1,41	2,67	2,98	36,3	0,65	№ 28
Тушеная капуста	150	5,7	7,8	23,8	172,9	11,8	№ 36
3. Компот сух. вит.	200	1,82	-	22,55	84,0	2,22	№ 399
Хлеб ржаной	40	1,6	0,38	16,0	85,6	-	
Хлеб пшеничный	25	1,8	0,6	9,0	49,4	-	
<i>Полдник</i>							
Какао с молоком	200	3,08	0,03	13,89	64,13	0,9	№ 386
Печенье	50	5,0	5,0	38,0	229,0	-	
Итого:		74,79	67,97	244,94	1864,23	25,55	

2 День (вторник)

Наименование блюда	Выход г.	Б	Ж	У	К кал	Витамин С	№ тех. карты
Завтрак 1							
Суп мол. с макаронными изделиями	200	7,93	4,3	24,45	146,2	1,13	№ 86
Чай с сахаром	200	0,2	-	25,44	92,24	0,06	№ 381
Бутерброд с маслом	40/10	4,65	11,89	10,7	152,46	0,21	№ 6
Завтрак 2							
Фрукты	200	0,6	-	20,0	80,0	3,6	№2
Обед							
Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,0	4,25	5,1	62,12	2,88	№ 7
1. Щи со сметаной	200	2,09	6,1	8,55	99,7	6,25	№ 82
2. Рыба тушёная с овощами	80	7,6	5,0	3,52	80	3,45	№ 30
Соус	50	1,41	2,67	2,98	36,3	0,65	№ 28
Картофельное пюре	150	7,72	11,8	29,8	152,9	9,6	№ 137
3. Компот сух. вит.	200	1,82	-	22,55	84,0	2,22	№ 399
Хлеб ржаной	40	1,6	0,38	16,0	85,6	-	
Хлеб пшеничный	25	1,8	0,6	9,0	49,4	-	
Полдник							
Кисель фрукт из концентрата	200	2,4	-	38,8	155,0	7,2	№ 31
Творожно – манный пудинг	150	22,14	17,34	27,73	297,63	0,58	№ 35
Итого:		62,96	64,33	244,62	1573,55	37,83	

3 День (среда)

Наименование блюда	Выход г.	Б	Ж	У	К кал	Витамин С	№ тех. карты
<i>Завтрак 1</i>							
Молочная каша рисовая	200	5,95	2,2	18,92	97,78	1,13	№ 85
Чай с сахаром	200	0,2	-	25,44	92,24	0,06	№ 381
Бутерброд с маслом	40/10	4,65	11,89	10,7	152,46	0,21	№ 6
<i>Завтрак 2</i>							
Сок фруктовый	100	-	-	10,0	40,0	3,0	№ 532
<i>Обед</i>							
Салат из свежей капусты с морковью	60	2,15	6,04	4,73	78,20	29,0	№ 11
1. Суп любительский	200	4,58	0,52	33,66	189,72	-	№ 41
2. Биточки куриные	80	24,4	20,9	6,15	280,3	3,27	№ 14
Соус	50	1,41	2,67	2,98	36,3	0,65	№ 28
Отварные макароны	150	13,64	12,68	36,84	207,56	-	№ 34
3. Компот сух., витамин.	200	1,82	-	22,55	84,0	2,22	№ 399
Хлеб ржаной	40	1,6	0,38	16,0	85,6	-	
Хлеб пшеничный	25	1,8	0,6	9,0	49,4	-	
<i>Полдник</i>							
молоко	200	7,0	7,0	10,0	132,0	2,6	№ 21
вафли	50	1,5	1,5	40,0	175,0	-	
Итого:		70,7	66,38	246,97	1700,56	42,14	

4 День (четверг)

Наименование блюда	Выход г.	Б	Ж	У	К кал	Витамин С	№ тех. Карты
--------------------	-------------	---	---	---	-------	--------------	-----------------

Завтрак 1							
Суп молочный «Геркулес»	200	1,33	6,0	28,33	192,62	0,3	№ 162
Чай с сахаром	200	0,2	-	25,44	92,24	0,06	№ 381
Бутерброд с маслом	40/10	4,65	11,89	10,7	152,46	0,21	№ 6
Сыр	15	3,0	4,5	-	54,15	0,24	
Завтрак 2							
Фрукты	200	-	-	20,0	80,0	3,6	№ 2
Обед							
Зеленый горошек консервированный	60	2,18	-	5,4	61,41	2,9	№ 8
1. Свекольник с кур, со сметаной	200	4,4	5,26	23,2	202,8	9,1	№ 65
2. Печёночные оладьи (беф. из печени)	80	18,6	20,2	10,6	143,5	3,4	№ 16
Соус	50	1,41	2,67	2,98	36,3	0,65	№ 28
Рис отварной с маслом	150	13,59	11,64	69,16	392,72	1,9	№ 165
3. Компот сух., вит.	200	1,82	-	22,55	84,0	2,22	№ 399
Хлеб ржаной	40	1,6	0,38	16,0	85,6	-	
Хлеб пшеничный	25	1,8	0,6	9,0	49,4	-	
Полдник							
Чай с сахаром	200	0,2	-	25,44	92,24	0,06	№ 381
Булочка десертная	60	4,35	2,97	20,0	120,63	1,1	№ 4
Итого:		59,13	66,11	288,8	1840,07	25,74	

5 День (пятница)

Наименование блюда	Выход г.	Б	Ж	У	К кал	Витамин С	№ тех. карты
--------------------	----------	---	---	---	-------	-----------	--------------

<i>Завтрак 1</i>							
Молочный суп с гречневой крупой	200	5,95	2,2	18,92	97,78	1,13	№ 85
Чай с сахаром	200	0,2	-	25,44	92,24	0,06	№ 381
Бутерброд с маслом	40/10	4,65	11,89	10,7	152,46	0,21	№ 6
<i>Завтрак 2</i>							
Сок фруктовый	100	-	-	10,0	40,0	3,0	№ 532
<i>Обед</i>							
Салат из свежей капусты с кукурузой	60	3,15	7,04	5,73	82,20	29,0	№ 11
1.Суп картофельный с рыбой	200	15,68	15,4	27,9	319,2	14,34	№ 23
2.Тушеный картофель с мясом	200	29,0	28,6	49,2	468,2	8,2	№ 38
3. Компот сух., вит.	200	1,82	-	22,55	84,0	2,22	№ 399
Хлеб ржаной	40	1,6	0,38	16,0	85,6	-	
Хлеб пшеничный	25	1,8	0,6	9,0	49,4	-	
<i>Полдник</i>							
Кисель фрукт из концентрата	200	2,4	-	38,8	155,0	7,2	№ 31
пряник	50	4,5	-	36,5	168,0	-	
Итого:		70,75	66,11	270,74	1794,08	65,36	

6 День (понедельник)

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	К кал	Витамин	№ тех.
--------------------	-------	---	---	---	-------	---------	--------

	г.					С	карты
Завтрак 1							
Суп молочный «Геркулес»	200	1,33	6,0	28,33	192,62	0,3	№ 162
Чай с сахаром	200	0,2	-	25,44	92,24	0,06	№ 381
Бутерброд с маслом	40/10	4,65	11,89	10,7	152,46	0,21	№ 6
Завтрак 2							
Сок фруктовый	100	-	-	10,0	40,0	3,0	№ 532
Обед							
Огурчик консервированный	60	0,95	-	2,74	49,41	2,86	№ 5
1. Суп гороховый	200	21,0	10,9	32,2	385,4	11,7	№ 39
Гуляш куриный	80	16,72	14,32	3,52	189,28	0,56	№ 20
Соус	50	1,41	2,67	2,98	36,3	0,65	№ 28
Каша гречневая рассыпч	150	24,6	11,64	69,16	392,72	1,9	№ 164
3. Компот сух., вит.	200	1,82	-	22,55	84,0	2,22	№ 399
Хлеб ржаной	40	1,6	0,38	16,0	85,6	-	
Хлеб пшеничный	25	1,8	0,6	9,0	49,4	-	
Полдник							
Чай с сахаром	200	0,2	-	25,44	92,24	0,06	№ 381
Оладьи (блины)	70	3,95	5,64	21,7	168,0	136,2	№ 3
Итого:		80,23	64,04	279,76	2009,67	159,72	

7 День (вторник)

Наименование блюда	Выход г.	Б	Ж	У	К кал	Витамин	№ тех.
--------------------	----------	---	---	---	-------	---------	--------

						С	карты
<i>Завтрак 1</i>							
Молочная пшенная каша	200	8,95	6,2	18,92	97,78	1,13	№ 89
Чай с сахаром	200	0,2	-	25,44	92,24	0,06	№ 381
Бутерброд с маслом	40/10	4,65	11,89	10,7	152,46	0,21	№ 6
Сыр	15	3,0	4,5	-	54,15	0,24	
<i>Завтрак 2</i>							
Фрукты	200	0,6	-	20,0	80,0	3,6	№ 2
<i>Обед</i>							
Салат «Розовый»	60	1,8	4,68	3,25	61,84	2,88	№ 7/1
1. Суп с фрикадельками	200	4,58	0,52	33,66	189,72	-	№ 41
2. Биточки куриные	80	24,4	20,9	6,15	280,3	3,27	№ 14
Соус	50	1,41	2,67	2,98	36,3	0,65	№ 28
Отварные макароны	150	13,64	12,68	36,84	207,56	-	№ 34
3. Компот сух. вит.	200	1,82	-	22,55	84,0	2,22	№ 399
Хлеб ржаной	40	1,6	0,38	16,0	85,6	-	
Хлеб пшеничный	25	1,8	0,6	9,0	49,4	-	
<i>Полдник</i>							
Кофейный напиток	200	2,79	0,4	19,8	90,56	1,0	№ 391
Печенье	50	5,0	5,0	38,0	229,0	-	
Итого:		76,24	70,42	263,29	1790,91	15,26	

8 День (среда)

Наименование блюда	Выход г.	Б	Ж	У	К кал	Витамин С	№ тех. карты
Завтрак 1							
Молочный суп с гречневой крупой	200	5,95	2,2	18,92	97,78	1,13	№ 85
Чай с сахаром	200	0,2	-	25,44	92,24	0,06	№ 381
Бутерброд с маслом	40/10	4,65	11,89	10,7	152,46	0,21	№ 6
Завтрак 2							
Сок фруктовый	100	-	-	10,0	40,0	3,0	№ 532
Обед							
Салат из зелёного горошка с луком	60	2,18	-	20,2	133,53	2,9	№ 8/1
1. Борщ со сметаной	200	7,7	4,34	13,6	162,6	25,0	№ 18
2. Котлета рыбная	80	19,9	5,1	4,8	136,63	0,5	№ 10
Соус	50	1,41	2,67	2,98	36,3	0,65	№ 28
Картофельное пюре	150	7,72	11,8	29,8	152,9	9,6	№ 137
3. Компот сух., вит.	200	1,82	-	22,55	84,0	2,22	№ 399
Хлеб ржаной	40	1,6	0,38	16,0	85,6	-	
Хлеб пшеничный	25	1,8	0,6	9,0	49,4	-	
Полдник							
Кисель фрукт из концентрата	200	2,4	-	38,8	155,0	7,2	№ 31
Домашний пирожок с творогом	60	5,4	3,2	2,7	126,8	1,1	№ 4/1
Итого:		62,73	42,18	225,49	1505,24	53,57	

9 День (четверг)

Наименование блюда	Выход г.	Б	Ж	У	К кал	Витамин С	№ тех. карты
Завтрак 1							
Молочная манная каша	200	6,33	6,0	28,33	192,62	0,3	№ 163
Чай с сахаром	200	0,2	-	25,44	92,24	0,06	№ 381
Бутерброд с маслом	40/10	4,65	11,89	10,7	152,46	0,21	№ 6
Сыр	15	3,0	4,5	-	54,15	0,24	
Завтрак 2							
Фрукты	200	0,6	-	20,0	80,0	3,6	№ 2
Обед							
Винегрет овощной	60	2,0	5,11	7,01	75,0	7,6	№ 2
1. Суп картофельный с крупой (рис).	200	3,38	1,9	12,24	94,74	0	№ 57
2. Котлета мясная	80	23,4	20,9	7,15	290,3	2,27	№ 14
Соус	50	1,41	2,67	2,98	36,3	0,65	№ 28
Каша гречневая рассыпч	150	24,6	11,64	69,16	392,72	1,9	№ 164
3. Компот сух., вит.	200	1,82	-	22,55	84,0	2,22	№ 399
Хлеб ржаной	40	1,6	0,38	16,0	85,6	-	
Хлеб пшеничный	25	1,8	0,6	9,0	49,4	-	
Полдник							
Кефир	200	7,0	7,0	12,0	128,0	2,6	
Вафли	50	1,5	1,5	40,0	175,0	-	
Итого:		83,29	74,09	282,56	1982,53	21,65	

10 День (пятница)

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	К кал	Витамин	№ тех.
--------------------	-------	---	---	---	-------	---------	--------

	г.					С	карты
<i>Завтрак 1</i>							
Молочная каша «Дружба»	200	6,33	6,0	28,33	192,62	0,3	№ 168
Чай с сахаром	200	0,2	-	25,44	92,24	0,06	№ 381
Бутерброд с маслом	40/10	4,65	11,89	10,7	152,46	0,21	№ 6
<i>Завтрак 2</i>							
Сок фруктовый	100	-	-	10,0	40,0	3,0	№ 532
<i>Обед</i>							
Салат из свежей капусты с морковью	60	3,15	7,04	6,73	83,20	32,0	№ 11
1. Рассольник	200	1,69	0,95	6,12	47,37	21,3	№ 26
2. Тушеный картофель с мясом птицы	200	25,0	24,6	44,2	468,2	8,2	№ 38
3. Компот сух. вит.	200	1,82	-	22,55	84,0	2,22	№ 399
Хлеб ржаной	40	1,6	0,38	16,0	85,6	-	
Хлеб пшеничный	25	1,8	0,6	9,0	49,4	-	
<i>Полдник</i>							
Чай с сахаром	200	0,2	-	25,44	92,24	0,06	№ 381
Сухарик по-домашнему	50	11,5	11,5	40,0	185,0	-	
Итого:		57,94	62,96	244,51	1572,33	67,35	