



Утверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В. Симонова

МЕНЮ

7 апреля 2025 года Ясли

ЗАВТРАК	вес в гр. / ккал
Каша из смеси двух круп	150 / 126,46
Печенье	20 / 83,4
Чай с сахаром	180 / 31,9
2-й Завтрак	
Сок	200 / 92,0
ОБЕД	
Салат из свеклы с огурцами	30 / 21,05
Суп картофельный с крупой	150 / 80,33
Ленивые голубцы	180 / 249,88
Компот из с/ф	150 / 53,79
Хлед ржаной	40 / 79,2
ПОЛДНИК	
Какао с молоком	180 / 94,79
Бутерброд с маслом	35 / 107,9
УЖИН	
Запеканка из творога	110 / 249,1
Соус сметанный	40 / 50,35
Кофейный напиток с молоком	180 / 91,9
хлеб пшеничный	20 / 47,0
Итого:	1459,05



Утверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В. Симонова

МЕНЮ

7 апреля 2025 года Сад

ЗАВТРАК	вес в гр. / ккал
Каша из смеси двух круп	200 / 168,61
Печенье	40 / 166,8
Чай с сахаром	200 / 39,9
2-й Завтрак	
Сок	200 / 92,0
ОБЕД	
Салат из свеклы с огурцами	40 / 36,58
Суп картофельный с крупой	200 / 118,41
Ленивые голубцы	230 / 281,47
Компот из с/ф	200 / 67,26
Хлед ржаной	50 / 99,0
ПОЛДНИК	
Какао с молоком	200 / 103,37
Бутерброд с маслом	50 / 168,8
УЖИН	
Запеканка из творога	160 / 329,64
Соус сметанный	50 / 57,58
Кофейный напиток с молоком	200 / 99,9
хлеб пшеничный	30 / 70,5
Итого:	1899,82

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В.Симонова



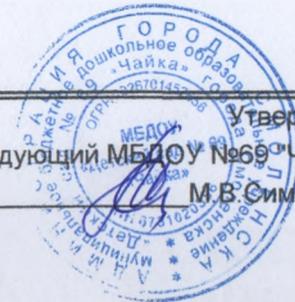
МЕНЮ

8 апреля 2025 года

Ясли

ЗАВТРАК	вес в гр. / ккал
Каша вязкая пшеничная	150 / 130,76
Коф.напиток без молока	150 / 31,9
Бутерброд с маслом	25 / 84,4
Сыр	20 / 76,4
2-й Завтрак	
Фрукт	145 / 68,15
ОБЕД	
Салат из соленых огурцов с луком	30 / 20,77
Щи из св.капусты с картофелем	150 / 83,04
Котлета мясная	50 / 189,78
Картофельное пюре	130 / 149,65
Компот св.плодов	150 / 50,2
Хлеб ржаной	40 / 79,2
ПОЛДНИК	
Кисломолочный продукт	170 / 100,3
Бутерброд с повидлом	25 / 59,5
УЖИН	
Котлета рыбная запеченая	60 / 153,58
Свекла тушеная	150 / 94,17
Чай с лимоном	180 / 35,3
хлеб пшеничный	20 / 47,0
Итого:	1477,82

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В.Симонова



МЕНЮ

8 апреля 2025 года

Сад

ЗАВТРАК	вес в гр. Ккал
Каша вязкая пшеничная	200 / 157,85
Коф.напиток без молока	200 / 39,9
Бутерброд с маслом	35 / 107,9
Сыр	30 / 105,53
2 завтрак	
Фрукт	145 / 68,15
ОБЕД	
Салат из соленых огурцов с луком	40 / 28,14
Щи из св.капусты с картофелем	200 / 100,34
Котлета мясная	70 / 201,57
Картофельное пюре	150 / 183,8
Компот из св.плодов	200 / 58,5
Хлеб ржаной	50 / 99,0
ПОЛДНИК	
Кисломолочный продукт	200 / 118,0
Бутерброд с повидлом	70 / 169,0
УЖИН	
Котлета рыбная запеченая	70 / 159,38
Свекла тушеная	150 / 94,17
Чай с лимоном	200 / 43,3
Хлеб пшеничный	20 / 47,0
Итого:	1781,53

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В. Симонова



МЕНЮ

09 апреля 2025 года

Ясли

ЗАВТРАК	вес в граммах / ккал
Салат из бел.капусты	40 / 30,86
Омлет	130 / 228,93
Какао с молоком	180 / 94,79
Бутерброд с маслом	25 / 84,4
2-й Завтрак	
Фрукт	150 / 60,16
ОБЕД	
Салат из свеклы	30 / 32,83
Рассольник ленинаградский	150 / 89,51
Картофельная запеканка с печенью	120 / 286,14
Соус молочный	30 / 38
Компот из с/ф	150 / 53,79
Хлеб ржаной	40 / 79,2
ПОЛДНИК	
Кисель из натурального сока	180 / 85,55
Булочка домашняя	50 / 209,43
УЖИН	
Суп молочный с макар. изделиями	150 / 166,5
Чай с сахаром	180 / 31,9
Хлеб пшеничный	30 / 70,5
Итого:	1642,49

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В. Симонова



МЕНЮ

09 апреля 2025 года

Сад

ЗАВТРАК	вес в граммах / ккал
Салат из бел.капусты	50 / 33,62
Омлет	150 / 233,4
Какао с молоком	200 / 103,37
Бутерброд с маслом	50 / 168,8
2 завтрак	
Фрукт	150 / 68,15
ОБЕД	
Салат из свеклы	50 / 57,04
Рассольник ленинаградский	200 / 121,22
Картофельная запеканка с печенью	160 / 276,94
Соус молочный	50 / 50
Компот из с/ф	200 / 67,26
Хлеб ржаной	50 / 99,9
ПОЛДНИК	
Кисель из натурального сока	200 / 101,36
Булочка домашняя	60 / 262,76
УЖИН	
Суп молочный с макар. изделиями	200 / 145,2
Чай с сахаром	200 / 39,9
Хлеб пшеничный	30 / 70,5
Итого:	1899,42



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
 М.В.Симонова

МЕНЮ

10 апреля 2025 года Ясли

ЗАВТРАК	вес в гр. / ккал
Каша манная с изюмом	150 / 231,0
Коф.напиток с молоком	180 / 91,9
Бутерброд с маслом	25 / 84,4
2-й Завтрак	
Фрукт	136 / 63,9
ОБЕД	
Борщ с картофелем	150 / 67,14
Жаркое по-домашнему	180 / 280,18
Компот из св.плодов	150 / 50,2
Хлеб ржаной	40 / 79,2
ПОЛДНИК	
Кисломолочный продукт	170 / 100,3
Кондитерское изделие	15 / 53,1
УЖИН	
Винегрет	150 / 106,21
Яйцо	40 / 63,0
Чай с лимоном	180 / 35,3
Хлеб пшеничный	20 / 47,0
Итого:	1352,83



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
 М.В.Симонова

МЕНЮ

10 апреля 2025 года Сад

ЗАВТРАК	вес в гр. / ккал
Каша вязкая манная с изюмом	200 / 296,0
Коф.напиток с молоком	200 / 99,9
Бутерброд с маслом	50 / 168,8
2 завтрак	
Фрукт	154 / 72,38
ОБЕД	
Борщ с картофелем	200 / 81,42
Жаркое по-домашнему	230 / 323,11
Компот из св.плодов	200 / 58,5
Хлеб ржаной	50 / 99,0
ПОЛДНИК	
Кисломолочный продукт	200 / 118,0
Кондитерское изделие	35 / 123,9
УЖИН	
Винегрет	200 / 155,87
Яйцо	40 / 63,0
Чай с лимоном	200 / 43,3
Хлеб пшеничный	30 / 70,5
Итого:	1773,68

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В. Симонова

МЕНЮ

11 апреля 2025 года Ясли

ЗАВТРАК	вес в граммах / ккал
Каша вязкая гречневая	150 / 130,76
Какао с молоком	180 / 94,79
Бутерброд с маслом	25 / 84,4
2-й Завтрак	
Сок	150 / 46,0
ОБЕД	
Салат из бел.капусты	40 / 30,86
Суп картофельный с клецками	150 / 109,44
Картофельное пюре	130 / 149,65
Котлета рубленая из птицы	50 / 270,18
Компот из с/ф	150 / 53,79
Хлеб ржаной	40 / 79,2
ПОЛДНИК	
Кисель из натурального сока	180 / 85,55
Ватрушка	70 / 396,8
УЖИН	
Рагу из овощей	120 / 111,61
Яйцо	40 / 63
Чай с сахаром	180 / 31,9
Хлеб пшеничный	20 / 47,0
Всего ккал:	1737,93

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В. Симонова

МЕНЮ

11 апреля 2025 года Сад

ЗАВТРАК	вес в граммах / ккал
Каша вязкая гречневая	200 / 165,55
Какао с молоком	200 / 103,37
Бутерброд с маслом	35 / 107,9
2 завтрак	
Сок	150 / 46
ОБЕД	
Салат из бел.капусты	50 / 33,62
Суп картофельный с клецками	200 / 117,85
Картофельное пюре	150 / 183,8
Котлета рубленая из птицы	70 / 305,96
Компот из с/ф	200 / 67,26
Хлеб ржаной	50 / 99,9
ПОЛДНИК	
Кисель из натурального сока	200 / 101,36
Ватрушка	90 / 475,45
УЖИН	
Рагу из овощей	150 / 111,29
Яйцо	40 / 63,0
Чай с сахаром	200 / 39,9
Хлеб пшеничный	20 / 47,0
Всего ккал:	2069,21



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
 М.В.Симонова

МЕНЮ

14 апреля 2025 года

Ясли

ЗАВТРАК	вес в граммах/ккал
Макаронные изд.отварные с маслом	130/126,46
Яйцо	40/63
Чай с сахаром	180/31,9
Кондитерские изделия	30/83,4
2-й Завтрак	
Сок	150/46
ОБЕД	
Суп картофельный	150/85,1
Котлета мясная	50/189,78
Капуста тушеная	120/78,1
компот из с/ф	150/53,79
Хлеб ржаной	40/79,2
ПОЛДНИК	
Коф.напиток с молоком	180/91,9
Бутерброд с маслом	35/107,9
УЖИН	
Запеканка с творогом	160/227,21
Соус сметанный	40/50,35
Кисель из натурального сока	180/85,55
хлеб пшеничный	20/47
Итого	1446,64

Утверждаю



Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
 М.В.Симонова

МЕНЮ

14 апреля 2025 года

Сад

ЗАВТРАК	вес в гр. / ккал
Макаронные изд.отварные с маслом	150/205,5
Яйцо	40/63
Чай с сахаром	200/39,9
Кондитерские изделия	30/125
2 завтрак	
Сок	160/46
ОБЕД	
Суп картофельный	200/107,53
Котлета мясная	70/201,57
Капуста тушеная	150/137,22
компот из с/ф	200/67,26
Хлеб ржаной	50/99
ПОЛДНИК	
Коф.напиток с молоком	200/99,9
Бутерброд с маслом	50/168,8
УЖИН	
Запеканка с творогом	170/319,42
Соус сметанный	50/57,58
Кисель из натурального сока	200/101,36
Хлеб пшеничный	30/70,5
Итого	1909,54

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В. Симонова



МЕНЮ

15 апреля 2025 года

Ясли

ЗАВТРАК	вес в гр. / ккал
Каша вязкая пшеничная	150 / 143,16
Какао с молоком	180 / 94,79
Сыр	21 / 76,4
Бутерброд с маслом	40 / 145,3
2-й Завтрак	
Фрукт	128 / 60,16
ОБЕД	
Салат овощной	30 / 28,16
Суп картофельный вегетарианский	150 / 76,7
Тефтели мясные	60 / 198,38
Пюре картофельное	130 / 149,65
хлеб ржаной	40 / 79,2
компот из с/фруктов	150 / 50,2
ПОЛДНИК	
Кисломолочный продукт	170 / 100,3
Кондитерские изделия	15 / 51,9
УЖИН	
Биточки рыбные	60 / 120,84
Овощное рагу	120 / 75,86
Чай с лимоном	180 / 35,3
хлеб пшеничный	20 / 47,0
Итого:	1533,3

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В. Симонова



МЕНЮ

15 апреля 2025 года

Сад

ЗАВТРАК	вес в гр. / ккал
Каша вязкая пшеничная	200
Какао с молоком	200
Бутерброд с маслом	50
2-й Завтрак	
Фрукт	170
ОБЕД	
Салат овощной	50
Суп картофельный вегетарианский	200
Тефтели мясные	70
Пюре картофельное	150
хлеб ржаной	50
компот из с/фруктов	200
ПОЛДНИК	
Кисломолочный продукт	200
Печенье	35
УЖИН	
Биточки рыбные	70
Овощное рагу	150
Чай с лимоном	200
хлеб пшеничный	30

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В.Симонова

МЕНЮ

16 апреля 2025 года

Ясли

ЗАВТРАК	
	вес в гр. / ккал
Каша вязкая овсяная	150 / 151,75
Коф.напиток с молоком	180 / 97,64
Бутерброд с маслом	25 / 84,4
2-й Завтрак	
Сок	100 / 46,0
ОБЕД	
Салат из бел.капусты	40 / 30,86
Борщ с капустой и картофелем	150 / 49,74
Запеканка из печени с рисом	150 / 315,8
Соус сметанный	40 / 50,35
хлеб ржаной	40 / 79,2
компот из с/фруктов	150 / 53,79
ПОЛДНИК	
Кисломолочный продукт	170 / 100,3
Булочка домашняя	50 / 209,43
УЖИН	
Пудинг из творога запеченный	150 / 294,98
Соус молочный (сладкий)	40 / 55,39
Чай с сахаром	180 / 31,9
хлеб пшеничный	30 / 70,5
Итого:	1722,03

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В.Симонова

МЕНЮ

16 апреля 2025 года

Сад

ЗАВТРАК	
	вес в гр. / ккал
Каша вязкая овсяная	200 / 179,3
Коф.напиток с молоком	200 / 99,9
Бутерброд с маслом	35 / 107,9
2-й Завтрак	
Сок	100 / 46,0
ОБЕД	
Салат из бел.капусты	50 / 33,62
Борщ с капустой и картофелем	200 / 59,05
Запеканка из печени с рисом	180 / 378,0
Соус сметанный	50 / 57,58
хлеб ржаной	50 / 99,0
компот из с/фруктов	200 / 67,26
ПОЛДНИК	
Кисломолочный продукт	200 / 118,0
Булочка домашняя	60 / 262,76
УЖИН	
Пудинг из творога запеченный	160 / 362,24
Соус молочный (сладкий)	50 / 33,4
Чай с сахаром	200 / 39,9
хлеб пшеничный	30 / 70,5
Итого:	2014,41

Сутверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"

М.В.Симонова

МЕНЮ

17 апреля 2025 года Если

ЗАВТРАК	вес в гр. / ккал
Каша вязкая рисовая	150 / 139,97
Какао с молоком	180 / 94,79
Бутерброд с маслом	25 / 84,4
2-й Завтрак	
Фрукт	112 / 48,16
ОБЕД	
	35 / 21,06
Салат из свеклы с огурцами	
Щи по -уральски (с крупой)	150 / 82,43
Котлета мясная	50 / 189,78
Картофельное пюре	130 / 149,65
Хлеб ржаной	40 / 79,2
Компот из с/ф	150 / 50,2
ПОЛДНИК	
Кисломолочный продукт	170 / 100,3
Бутерброд с повидлом	25 / 59,5
УЖИН	
Рыба запеченая в омлете	180 / 247,71
Салат из бел.капусты	40 / 30,86
Чай с лимоном	180 / 35,3
хлеб пшеничный	20 / 47,0
Итого:	1460,31

Сутверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Найка"

М.В.Симонова

МЕНЮ

17 апреля 2025 года Сад

ЗАВТРАК	вес в гр. / ккал
Каша вязкая рисовая	200 / 170,6
Какао с молоком	200 / 103,37
Бутерброд с маслом	50 / 168,8
2-й Завтрак	
Фрукт	118 / 48,16
ОБЕД	
	50 / 45,72
Салат из свеклы с огурцами	
Щи по -уральски (с крупой)	200 / 108,54
Котлета мясная	70 / 201,57
Картофельное пюре	150 / 18,3
Хлеб ржаной	50 / 99,0
Компот из с/ф	200 / 51,9
ПОЛДНИК	
Кисломолочный продукт	200 / 118,0
Бутерброд с повидлом	70 / 169,0
УЖИН	
Рыба запеченая в омлете	200 / 330,12
Салат из бел.капусты	50 / 33,62
Чай с лимоном	200 / 43,3
Хлеб пшеничный	20 / 47,0
Итого :	1922,5

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В.Симонова



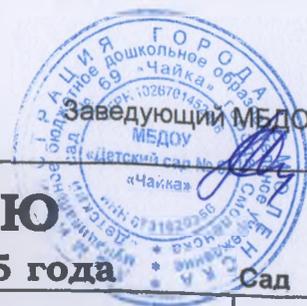
МЕНЮ

18 апреля 2025 года

ЗАВТРАК	вес в гр. / ккал
Каша вязкая ячневая	150 / 135,97
Коф.напиток с молоком	180 / 91,9
Бутерброд с маслом	25 / 84,4
2-й Завтрак	
Сок	100 / 46,0
ОБЕД	
Салат из свеклы	30 / 32,83
Суп картофельный с бобовыми	150 / 60,89
Птица тушеная	70 / 279,02
Каша вязкая перловая	120 / 147,65
Хлеб ржаной	40 / 79,2
Компот из свеж.фруктов	150 / 53,79
ПОЛДНИК	
Кисель из натурального сока	180 / 85,55
Ватрушка	70 / 396,8
УЖИН	
Салат овощной	30 / 28,16
Макаронник с печенью	160 / 933,7
Чай с сахаром	180 / 31,9
хлеб пшеничный	30 / 70,5
Итого :	2558,91

Утверждаю

Заведующий МБДОУ №69 "Чайка"
М.В.Симонова



МЕНЮ

18 апреля 2025 года

ЗАВТРАК	вес в гр. / ккал
Каша вязкая ячневая	200 / 177,26
Коф.напиток с молоком	200 / 99,9
Бутерброд с маслом	50 / 168,8
2-й Завтрак	
Сок	100 / 46,0
ОБЕД	
Салат из свеклы	60 / 68,45
Суп картофельный с бобовыми	200 / 87,8
Птица тушеная	70 / 276,02
Каша вязкая перловая	150 / 179,15
Хлеб ржаной	50 / 99,0
Компот из с/ф	200 / 67,26
ПОЛДНИК	
Кисель из натурального сока	200 / 101,36
Ватрушка	90 / 456,81
УЖИН	
Салат овощной	50 / 36,87
Макаронник с печенью	160 / 933,7
Чай с сахаром	200 / 39,9
хлеб пшеничный	30 / 70,5
Итого :	2908,78