МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 6 февраля 2026 г.
5 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**10,3**	**8,8**	**63,6**	**375,4**
Каша гречневая жидкая	201	6,2	6,1	26,6	186,9
Бутерброд с джемом или вареньем	40	1,8	0,2	22,1	97
Кофейный напиток	201	2,3	2,5	14,9	91,5
2-й завтрак		**0,2**	**0,1**	**10,8**	**45**
Сок (91 ккал)	99	0,2	0,1	10,8	45
Обед		**19,6**	**21,6**	**85,5**	**616,5**
Икра морковная	59	1,2	3,8	5,2	60
Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной	195	3,9	4,9	12,8	111
Рыба припущенная в сметане	79	9,8	7,8	2,5	119,5
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143
Кисель из свежих ягод	150	0,2	0,2	12,8	53,3
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	0,6	0,3	13,2	59
Хлеб ржаной витаминизированный	41	0,9	0,5	15,5	70,7
Полдник		**4,8**	**3,2**	**27,2**	**156,3**
Сдоба обыкновенная	50	4,5	2,9	26,5	150
Кисломолочный напиток для детского питания	11	0,3	0,3	0,7	6,3
Ужин		**10,4**	**13,7**	**33,7**	**300,4**
Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	60
Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)	70	8,9	9,5	8,4	155
Чай с сахаром	182	0,1		11,5	46,4
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Соль					
Соль	4				
Итого за день		**45**	**47**	**221**	**1 494**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна
(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 6 февраля 2026 г.
5 день: Пищеблок №2

Категория Дети (3-7 лет) Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**10,3**	**8,8**	**63,6**	**375,4**
Каша гречневая жидкая	201	6,2	6,1	26,6	186,9
Бутерброд с джемом или вареньем	40	1,8	0,2	22,1	97
Кофейный напиток	201	2,3	2,5	14,9	91,5
2-й завтрак		**0,2**	**0,1**	**10,8**	**45**
Сок (91 ккал)	99	0,2	0,1	10,8	45
Обед		**19,6**	**21,6**	**85,5**	**616,5**
Икра морковная	59	1,2	3,8	5,2	60
Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной	195	3,9	4,9	12,8	111
Рыба припущенная в сметане	79	9,8	7,8	2,5	119,5
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143
Кисель из свежих ягод	150	0,2	0,2	12,8	53,3
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	0,6	0,3	13,2	59
Хлеб ржаной витаминизированный	41	0,9	0,5	15,5	70,7
Полдник		**4,8**	**3,2**	**27,2**	**156,3**
Сдоба обыкновенная	50	4,5	2,9	26,5	150
Кисломолочный напиток для детского питания	11	0,3	0,3	0,7	6,3
Ужин		**10,4**	**13,7**	**33,7**	**300,4**
Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	60
Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)	70	8,9	9,5	8,4	155
Чай с сахаром	182	0,1		11,5	46,4
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Соль					
Соль	4				
Итого за день		**45**	**47**	**221**	**1 494**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна
(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 9 февраля 2026 г.
6 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**12,1**	**11,6**	**43,8**	**328,2**
Каша пшеничная жидкая	200	6,7	7,9	25,2	199
Бутерброд с сыром (6)	35	5,3	3,7	7,2	83
Чай с сахаром	181	0,1		11,4	46,2
2-й завтрак		**0,2**		**11,2**	**45,4**
Сок (89 ккал)	102	0,2		11,2	45,4
Обед		**18,5**	**19,8**	**97,3**	**642,1**
Салат "Степной" из разных овощей	60	1	3	4,5	49
Суп картофельный с мясными фрикадельками	197	4,1	3,6	15,3	110,1
Котлета домашняя (говядины/свинины) п/ф, запеченная с соусом сметанным с томатом	100	9,1	8,9	7,4	146
Рис припущенный	130	2,7	3,4	22	129
Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	20	81
Хлеб пшеничный витаминизированный	21	0,4	0,2	9,2	41
Хлеб ржаной витаминизированный	50	1,1	0,6	18,9	86
Полдник		**2,9**	**3,2**	**4,7**	**59**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**14,1**	**15,4**	**51,8**	**402,3**
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200	13,9	15,2	26,2	297
Фрукт (54 ккал)	100	0,1	0,2	12,9	54
Чай с сахаром	201	0,1		12,7	51,3
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**48**	**50**	**209**	**1 477**

Повар _____ Нарайкина Ильнара Ришатовна
(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 9 февраля 2026 г.
6 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**12,1**	**11,6**	**43,8**	**328,2**
Каша пшеничная жидкая	200	6,7	7,9	25,2	199
Бутерброд с сыром (6)	35	5,3	3,7	7,2	83
Чай с сахаром	181	0,1		11,4	46,2
2-й завтрак		**0,2**		**11,2**	**45,4**
Сок (89 ккал)	102	0,2		11,2	45,4
Обед		**18,5**	**19,8**	**97,3**	**642,1**
Салат "Степной" из разных овощей	60	1	3	4,5	49
Суп картофельный с мясными фрикадельками	197	4,1	3,6	15,3	110,1
Котлета домашняя (говядины/свинины) п/ф, запеченная с соусом сметанным с томатом	100	9,1	8,9	7,4	146
Рис припущенный	130	2,7	3,4	22	129
Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	20	81
Хлеб пшеничный витаминизированный	21	0,4	0,2	9,2	41
Хлеб ржаной витаминизированный	50	1,1	0,6	18,9	86
Полдник		**2,9**	**3,2**	**4,7**	**59**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**14,1**	**15,4**	**51,8**	**402,3**
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200	13,9	15,2	26,2	297
Фрукт (54 ккал)	100	0,1	0,2	12,9	54
Чай с сахаром	201	0,1		12,7	51,3
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**48**	**50**	**209**	**1 477**

Повар _____ Нарайкина Ильнара Ришатовна
(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 10 февраля 2026 г.
7 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**10,2**	**15,5**	**44,8**	**359,5**
Каша пшенная жидкая	200	4,2	7	20,2	161
Какао с молоком (6)	200	4,4	4,7	17,2	128,5
Бутерброд с маслом (10)	20	1,6	3,8	7,4	70
2-й завтрак		**0,2**		**11,2**	**45,4**
Сок (89 ккал)	102	0,2		11,2	45,4
Обед		**23,5**	**20,1**	**86,1**	**618,8**
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")	60	1,3	4	7,5	71
Свекольник с мясом со сметаной	194	4,1	4,2	12,4	103,5
Биточки печеночные	80	12,7	6,4	8,2	141
Каша гречневая вязкая	150	4,2	5,1	29	178
Компот из смеси сухофруктов	149	0,2		12,6	51,3
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	20	0,6	0,2	7,6	35
Полдник		**4,1**	**7,4**	**31,3**	**209,1**
Полоска песочная с молоком сгущенным	50	1,6	4,9	25	151
Кисломолочный напиток для детского питания	101	2,5	2,5	6,3	58,1
Ужин		**14,4**	**13,4**	**40,1**	**338,5**
Шницель рыбный натуральный	69	11,7	9,8	3,2	147,9
Картофель тушеный	130	1,9	3,2	12,9	88,4
Чай с сахаром	181	0,1		11,4	46,2
Хлеб ржаной витаминизированный	10	0,3	0,2	3,8	17
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**52**	**56**	**214**	**1 571**

Повар _____ Пенькова Надежда Михайловна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 10 февраля 2026 г.
7 день: Пищеблок №2

Категория Дети (3-7 лет) Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		10,2	15,5	44,8	359,5
Каша пшенная жидкая	200	4,2	7	20,2	161
Какао с молоком (6)	200	4,4	4,7	17,2	128,5
Бутерброд с маслом (10)	20	1,6	3,8	7,4	70
2-й завтрак		0,2		11,2	45,4
Сок (89 ккал)	102	0,2		11,2	45,4
Обед		23,5	20,1	86,1	618,8
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")	60	1,3	4	7,5	71
Свекольник с мясом со сметаной	194	4,1	4,2	12,4	103,5
Биточки печеночные	80	12,7	6,4	8,2	141
Каша гречневая вязкая	150	4,2	5,1	29	178
Компот из смеси сухофруктов	149	0,2		12,6	51,3
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	20	0,6	0,2	7,6	35
Полдник		4,1	7,4	31,3	209,1
Полоска песочная с молоком сгущенным	50	1,6	4,9	25	151
Кисломолочный напиток для детского питания	101	2,5	2,5	6,3	58,1
Ужин		14,4	13,4	40,1	338,5
Шницель рыбный натуральный	69	11,7	9,8	3,2	147,9
Картофель тушеный	130	1,9	3,2	12,9	88,4
Чай с сахаром	181	0,1		11,4	46,2
Хлеб ржаной витаминизированный	10	0,3	0,2	3,8	17
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Соль					
Соль	3				
Итого за день		52	56	214	1 571

Повар _____ Пенькова Надежда Михайловна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 11 февраля 2026 г.

8 день: Пищеблок №2

Категория Дети (3-7 лет) Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**10,3**	**10,1**	**58,2**	**364,5**
Суп молочный с крупой	200	6,2	7,4	21,2	176
Бутерброд с джемом или вареньем	40	1,8	0,2	22,1	97
Кофейный напиток	201	2,3	2,5	14,9	91,5
2-й завтрак		**0,3**		**22,4**	**91**
Напиток из шиповника	180	0,3		22,4	91
Обед		**20,4**	**22,5**	**85,3**	**624,5**
Свекла отварная с маслом растительным	60	1	4	4,3	57
Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	194	4,7	4,9	11,1	107,4
Котлеты рыбные любительские	80	10,5	8,8	5,8	144
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143
Компот из свежих яблок	201	0,1	0,1	20,1	81,4
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	31	0,7	0,4	11,7	52,7
Полдник		**2,9**	**3,2**	**4,7**	**59**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**13,1**	**14**	**51,1**	**381,3**
Плов из птицы	200	12,4	13,5	24,5	269
Чай с сахаром	200	0,1		12,6	51
Фрукт (25 ккал)	101	0,1	0,2	5,8	25,3
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной витаминизированный	10	0,3	0,2	3,8	17
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**47**	**50**	**222**	**1 520**

Повар (подпись) Заузолкова Наиля Шамилевна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 11 февраля 2026 г.

8 день: Пищеблок №2

Категория Дети (3-7 лет) Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**10,3**	**10,1**	**58,2**	**364,5**
Суп молочный с крупой	200	6,2	7,4	21,2	176
Бутерброд с джемом или вареньем	40	1,8	0,2	22,1	97
Кофейный напиток	201	2,3	2,5	14,9	91,5
2-й завтрак		**0,3**		**22,4**	**91**
Напиток из шиповника	180	0,3		22,4	91
Обед		**20,4**	**22,5**	**85,3**	**624,5**
Свекла отварная с маслом растительным	60	1	4	4,3	57
Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	194	4,7	4,9	11,1	107,4
Котлеты рыбные любительские	80	10,5	8,8	5,8	144
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143
Компот из свежих яблок	201	0,1	0,1	20,1	81,4
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	31	0,7	0,4	11,7	52,7
Полдник		**2,9**	**3,2**	**4,7**	**59**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**13,1**	**14**	**51,1**	**381,3**
Плов из птицы	200	12,4	13,5	24,5	269
Чай с сахаром	200	0,1		12,6	51
Фрукт (25 ккал)	101	0,1	0,2	5,8	25,3
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной витаминизированный	10	0,3	0,2	3,8	17
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**47**	**50**	**222**	**1 520**

Повар (подпись) Заузолкова Наиля Шамилевна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 12 февраля 2026 г.

9 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**17,4**	**13,4**	**26,7**	**295,9**
Омлет натуральный	100	10,6	8,4	8,4	151
Бутерброд с сыром (9)	35	5,3	3,7	7,2	83
Чай с молоком	203	1,5	1,3	11,1	61,9
2-й завтрак		**0,2**	**0,1**	**10,8**	**45**
Сок (91 ккал)	99	0,2	0,1	10,8	45
Обед		**19,3**	**20**	**72,6**	**547,8**
Суп-лапша домашняя с курицей	192	4,1	4,2	15,4	116,2
Шницель из мяса (свинина/говядина) п/ф	70	11,7	11	4,6	163,9
Овощи, припущенные в сметане	150	1,9	4,2	15,4	107
Компот из кураги	190	0,5		17,1	70,7
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Полдник		**4**	**6,4**	**34,8**	**212,5**
Булочка "Нежная"	50	1,5	3,9	28,5	155
Кисломолочный напиток для детского питания	100	2,5	2,5	6,3	57,5
Ужин		**11,8**	**14,7**	**71,5**	**462,4**
Винегрет овощной	61	1	4,1	7,7	71,2
Запеканка картофельная с мясом отварным с маслом	200	9,7	10,2	36	271
Чай с сахаром	181	0,1		11,4	46,2
Хлеб ржаной витаминизированный	20	0,6	0,2	7,6	35
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**53**	**55**	**216**	**1 564**

Повар _____ Нарайкина Ильнара Ришатовна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 12 февраля 2026 г.

9 день: Пищеблок №2

Категория Дети (3-7 лет) Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**17,4**	**13,4**	**26,7**	**295,9**
Омлет натуральный	100	10,6	8,4	8,4	151
Бутерброд с сыром (9)	35	5,3	3,7	7,2	83
Чай с молоком	203	1,5	1,3	11,1	61,9
2-й завтрак		**0,2**	**0,1**	**10,8**	**45**
Сок (91 ккал)	99	0,2	0,1	10,8	45
Обед		**19,3**	**20**	**72,6**	**547,8**
Суп-лапша домашняя с курицей	192	4,1	4,2	15,4	116,2
Шницель из мяса (свинина/говядина) п/ф	70	11,7	11	4,6	163,9
Овощи, припущенные в сметане	150	1,9	4,2	15,4	107
Компот из кураги	190	0,5		17,1	70,7
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Полдник		**4**	**6,4**	**34,8**	**212,5**
Булочка "Нежная"	50	1,5	3,9	28,5	155
Кисломолочный напиток для детского питания	100	2,5	2,5	6,3	57,5
Ужин		**11,8**	**14,7**	**71,5**	**462,4**
Винегрет овощной	61	1	4,1	7,7	71,2
Запеканка картофельная с мясом отварным с маслом	200	9,7	10,2	36	271
Чай с сахаром	181	0,1		11,4	46,2
Хлеб ржаной витаминизированный	20	0,6	0,2	7,6	35
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**53**	**55**	**216**	**1 564**

Повар _____ Нарайкина Ильнара Ришатовна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 13 февраля 2026 г.

10 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**7,6**	**10,2**	**47,7**	**312,7**
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	201	5,9	6,4	28,9	197
Бутерброд с маслом (10)	20	1,6	3,8	7,4	70
Чай с лимоном	196	0,1		11,4	45,7
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**11,1**	**46,4**
Сок (91 ккал)	102	0,3	0,1	11,1	46,4
Обед		**21,8**	**22,4**	**102,6**	**699**
Салат "Любительский"	60	2,2	4,1	3,5	60
Уха рыбацкая	227	5,8	5,7	14,9	134,2
Биточки рубленные из птицы запеченные	70	8,7	8,9	10,3	156
Макаронные изделия отварные	150	3,5	2,8	36,8	186
Кисель из свежих ягод	154	0,3	0,2	13,2	54,8
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	40	0,9	0,5	15,1	69
Полдник		**3,8**	**4,7**	**38,8**	**213**
Мучное изделие пром.производства	50	0,9	1,5	34,1	154
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**16,2**	**19,4**	**47,7**	**430,2**
Суфле творожное с молоком сгущенным	174	16	19,2	29,1	353,1
Чай с сахаром	201	0,1		12,7	51,3
Фрукт (25 ккал)	103	0,1	0,2	5,9	25,8
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**50**	**57**	**248**	**1 701**

Повар _____ Пенькова Надежда Михайловна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 13 февраля 2026 г.

10 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**7,6**	**10,2**	**47,7**	**312,7**
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	201	5,9	6,4	28,9	197
Бутерброд с маслом (10)	20	1,6	3,8	7,4	70
Чай с лимоном	196	0,1		11,4	45,7
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**11,1**	**46,4**
Сок (91 ккал)	102	0,3	0,1	11,1	46,4
Обед		**21,8**	**22,4**	**102,6**	**699**
Салат "Любительский"	60	2,2	4,1	3,5	60
Уха рыбацкая	227	5,8	5,7	14,9	134,2
Биточки рубленные из птицы запеченные	70	8,7	8,9	10,3	156
Макаронные изделия отварные	150	3,5	2,8	36,8	186
Кисель из свежих ягод	154	0,3	0,2	13,2	54,8
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	40	0,9	0,5	15,1	69
Полдник		**3,8**	**4,7**	**38,8**	**213**
Мучное изделие пром.производства	50	0,9	1,5	34,1	154
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**16,2**	**19,4**	**47,7**	**430,2**
Суфле творожное с молоком сгущенным	174	16	19,2	29,1	353,1
Чай с сахаром	201	0,1		12,7	51,3
Фрукт (25 ккал)	103	0,1	0,2	5,9	25,8
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**50**	**57**	**248**	**1 701**

Повар _____ Пенькова Надежда Михайловна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 16 февраля 2026 г.

1 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**12,1**	**15,2**	**45,9**	**369,4**
Каша манная жидкая	201	6,1	6,7	21,3	170,9
Бутерброд с маслом (1)	20	1,6	3,8	7,4	70
Какао с молоком (1)	200	4,4	4,7	17,2	128,5
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**10,9**	**45,5**
Сок (91 ккал)	100	0,3	0,1	10,9	45,5
Обед		**23,2**	**24,8**	**81,6**	**642,1**
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56
Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной	197	4,7	3,8	8,8	88,9
Биточки из мяса (свинина/говядина) п/ф	70	12,1	11,3	4,6	168,4
Каша гречневая вязкая	150	4,2	5,1	29	178
Компот из изюма	194	0,3		15,2	62,5
Хлеб ржаной витаминизированный	29	0,7	0,4	10,9	49,3
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Полдник		**4,8**	**6,8**	**31,6**	**207**
Булочка с джемом	50	2,2	4,1	25	146
Кисломолочный напиток для детского питания	106	2,6	2,7	6,6	61
Ужин		**12,4**	**12,9**	**66,4**	**431,2**
Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная)	131	2,2	5,2	7,5	85,7
Шницель из курицы	67	7,8	5,8	11,7	130,2
Чай с молоком	201	1,5	1,3	11	61,3
Фрукт (98 ккал)	102	0,1	0,3	24,2	100
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной витаминизированный	20	0,6	0,2	7,6	35
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**53**	**60**	**236**	**1 695**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 16 февраля 2026 г.

1 день: Пищеблок №2

Категория Дети (3-7 лет) Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**12,1**	**15,2**	**45,9**	**369,4**
Каша манная жидкая	201	6,1	6,7	21,3	170,9
Бутерброд с маслом (1)	20	1,6	3,8	7,4	70
Какао с молоком (1)	200	4,4	4,7	17,2	128,5
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**10,9**	**45,5**
Сок (91 ккал)	100	0,3	0,1	10,9	45,5
Обед		**23,2**	**24,8**	**81,6**	**642,1**
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56
Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной	197	4,7	3,8	8,8	88,9
Биточки из мяса (свинина/говядина) п/ф	70	12,1	11,3	4,6	168,4
Каша гречневая вязкая	150	4,2	5,1	29	178
Компот из изюма	194	0,3		15,2	62,5
Хлеб ржаной витаминизированный	29	0,7	0,4	10,9	49,3
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Полдник		**4,8**	**6,8**	**31,6**	**207**
Булочка с джемом	50	2,2	4,1	25	146
Кисломолочный напиток для детского питания	106	2,6	2,7	6,6	61
Ужин		**12,4**	**12,9**	**66,4**	**431,2**
Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная)	131	2,2	5,2	7,5	85,7
Шницель из курицы	67	7,8	5,8	11,7	130,2
Чай с молоком	201	1,5	1,3	11	61,3
Фрукт (98 ккал)	102	0,1	0,3	24,2	100
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной витаминизированный	20	0,6	0,2	7,6	35
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**53**	**60**	**236**	**1 695**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего (подпись) Ермохина Ольга Михайловна

Меню на день 17 февраля 2026 г.

2 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**14,1**	**12,7**	**43,1**	**343**
Каша молочная ассорти (пшенично-ячневая)	200	6,5	6,5	21,1	169
Бутерброд с сыром (2)	35	5,3	3,7	7,2	83
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**11,1**	**46,4**
Сок (91 ккал)	102	0,3	0,1	11,1	46,4
Обед		**19,3**	**20,9**	**93,2**	**638,8**
Салат "Любительский"	60	2,2	4,1	3,5	60
Суп гороховый с гренками	200	4,4	3,1	22,9	137
Жаркое по-домашнему	200	11,3	12,9	22,7	252
Компот из свежих яблок	202	0,1	0,1	20,2	81,8
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	40	0,9	0,5	15,1	69
Полдник		**5,7**	**10,1**	**14,1**	**221**
Кондитерское изделие пром.производства	50	2,8	6,9	9,4	162
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**12,3**	**12,1**	**39,5**	**316,5**
Винегрет овощной	60	1	4	7,6	70
Котлета рыбная "Лада"	80	10,4	7,8	7,2	141
Чай с сахаром	202	0,1		12,7	51,5
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной витаминизированный	20	0,6	0,2	7,6	35
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**52**	**56**	**201**	**1 566**

Повар (подпись) Нарайкина Ильнара Ришатовна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего (подпись) Ермохина Ольга Михайловна

Меню на день 17 февраля 2026 г.

2 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**14,1**	**12,7**	**43,1**	**343**
Каша молочная ассорти (пшенично-ячневая)	200	6,5	6,5	21,1	169
Бутерброд с сыром (2)	35	5,3	3,7	7,2	83
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**11,1**	**46,4**
Сок (91 ккал)	102	0,3	0,1	11,1	46,4
Обед		**19,3**	**20,9**	**93,2**	**638,8**
Салат "Любительский"	60	2,2	4,1	3,5	60
Суп гороховый с гренками	200	4,4	3,1	22,9	137
Жаркое по-домашнему	200	11,3	12,9	22,7	252
Компот из свежих яблок	202	0,1	0,1	20,2	81,8
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	40	0,9	0,5	15,1	69
Полдник		**5,7**	**10,1**	**14,1**	**221**
Кондитерское изделие пром.производства	50	2,8	6,9	9,4	162
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**12,3**	**12,1**	**39,5**	**316,5**
Винегрет овощной	60	1	4	7,6	70
Котлета рыбная "Лада"	80	10,4	7,8	7,2	141
Чай с сахаром	202	0,1		12,7	51,5
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной витаминизированный	20	0,6	0,2	7,6	35
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**52**	**56**	**201**	**1 566**

Повар (подпись) Нарайкина Ильнара Ришатовна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего (подпись) Ермохина Ольга Михайловна

Меню на день 18 февраля 2026 г.

3 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**8,4**	**7,7**	**55**	**322,1**
Каша рисовая жидкая	201	5,1	6,2	21,9	163,8
Бутерброд с джемом или вареньем	40	1,8	0,2	22,1	97
Чай с молоком	201	1,5	1,3	11	61,3
2-й завтрак		**0,3**		**22,5**	**91,5**
Напиток из шиповника	181	0,3		22,5	91,5
Обед		**27,9**	**26,8**	**128,8**	**871,5**
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком	49	0,9	3,3	4,3	51,5
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	196	4,1	4,9	5,6	83,4
Печень говяжья по-строгановски	80	11,2	9,6	2,9	143
Макаронные изделия отварные	150	3,5	2,8	36,8	186
Компот из кураги	181	0,5		16,3	67,4
Хлеб пшеничный витаминизированный	27	0,5	0,3	11,9	52,7
Хлеб ржаной витаминизированный	38	0,9	0,5	14,3	65,6
Гречневая солдатская каша	181	6,2	5,4	24,1	170,9
Чай с сахаром	200	0,1		12,6	51
Полдник		**5,5**	**7,1**	**31,4**	**211,7**
Пирог морковный	60	3	4,5	25	153
Кисломолочный напиток для детского питания	102	2,5	2,6	6,4	58,7
Ужин		**15,7**	**18,9**	**52,9**	**445,5**
Вареники ленивые со сгущенным молоком	180	15,5	18,7	28,3	344
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9
Фрукт (54 ккал)	103	0,1	0,2	13,3	55,6
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**58**	**61**	**291**	**1 942**

Повар (подпись) Пенькова Надежда Михайловна (расшифоровка)

Ляпунова Е.Ю. (подпись)

Медицинская сестра Осева О.Г. (подпись) Данилова Н.М. (подпись)

Кладовщик

Повар

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего (подпись) Ермохина Ольга Михайловна

Меню на день 18 февраля 2026 г.

3 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**8,4**	**7,7**	**55**	**322,1**
Каша рисовая жидкая	201	5,1	6,2	21,9	163,8
Бутерброд с джемом или вареньем	40	1,8	0,2	22,1	97
Чай с молоком	201	1,5	1,3	11	61,3
2-й завтрак		**0,3**		**22,5**	**91,5**
Напиток из шиповника	181	0,3		22,5	91,5
Обед		**27,9**	**26,8**	**128,8**	**871,5**
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком	49	0,9	3,3	4,3	51,5
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	196	4,1	4,9	5,6	83,4
Печень говяжья по-строгановски	80	11,2	9,6	2,9	143
Макаронные изделия отварные	150	3,5	2,8	36,8	186
Компот из кураги	181	0,5		16,3	67,4
Хлеб пшеничный витаминизированный	27	0,5	0,3	11,9	52,7
Хлеб ржаной витаминизированный	38	0,9	0,5	14,3	65,6
Гречневая солдатская каша	181	6,2	5,4	24,1	170,9
Чай с сахаром	200	0,1		12,6	51
Полдник		**5,5**	**7,1**	**31,4**	**211,7**
Пирог морковный	60	3	4,5	25	153
Кисломолочный напиток для детского питания	102	2,5	2,6	6,4	58,7
Ужин		**15,7**	**18,9**	**52,9**	**445,5**
Вареники ленивые со сгущенным молоком	180	15,5	18,7	28,3	344
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9
Фрукт (54 ккал)	103	0,1	0,2	13,3	55,6
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**58**	**61**	**291**	**1 942**

Повар (подпись) Пенькова Надежда Михайловна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 19 февраля 2026 г.

4 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**7,7**	**11,3**	**38,5**	**285,7**
Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,5	6,1	19,5	151
Бутерброд с маслом (4)	20	1,6	3,8	7,4	70
Чай с молоком	212	1,6	1,4	11,6	64,7
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**10,9**	**45,5**
Сок (91 ккал)	100	0,3	0,1	10,9	45,5
Обед		**20,5**	**23,5**	**75,2**	**594,2**
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56
Суп картофельный с рыбой	230	6,4	6,4	15,1	144
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125
Рагу овощное	150	2,7	4,1	17	116
Компот из смеси сухофруктов	189	0,3		16	65,1
Хлеб пшеничный витаминизированный	19	0,4	0,2	8,4	37,1
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Полдник		**9,2**	**8,7**	**46,3**	**301,4**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Чай с сахаром	273	0,1		17,2	69,6
Ужин		**16,3**	**14,5**	**54,8**	**413,2**
Биточки из мяса (свинина/говядина) п/ф	70	12,1	11,3	4,6	168,4
Рис припущенный с овощами "Мозайка"	130	3,6	2,9	29,1	157
Чай с лимоном	222	0,1		12,9	51,8
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной витаминизированный	10	0,3	0,2	3,8	17
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**54**	**58**	**226**	**1 640**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 19 февраля 2026 г.

4 день: Пищеблок №2

Категория Дети (3-7 лет) Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**7,7**	**11,3**	**38,5**	**285,7**
Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,5	6,1	19,5	151
Бутерброд с маслом (4)	20	1,6	3,8	7,4	70
Чай с молоком	212	1,6	1,4	11,6	64,7
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**10,9**	**45,5**
Сок (91 ккал)	100	0,3	0,1	10,9	45,5
Обед		**20,5**	**23,5**	**75,2**	**594,2**
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56
Суп картофельный с рыбой	230	6,4	6,4	15,1	144
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125
Рагу овощное	150	2,7	4,1	17	116
Компот из смеси сухофруктов	189	0,3		16	65,1
Хлеб пшеничный витаминизированный	19	0,4	0,2	8,4	37,1
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Полдник		**9,2**	**8,7**	**46,3**	**301,4**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Чай с сахаром	273	0,1		17,2	69,6
Ужин		**16,3**	**14,5**	**54,8**	**413,2**
Биточки из мяса (свинина/говядина) п/ф	70	12,1	11,3	4,6	168,4
Рис припущенный с овощами "Мозайка"	130	3,6	2,9	29,1	157
Чай с лимоном	222	0,1		12,9	51,8
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной витаминизированный	10	0,3	0,2	3,8	17
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**54**	**58**	**226**	**1 640**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 20 февраля 2026 г.
5 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**10,3**	**8,8**	**63,2**	**372,6**
Каша гречневая жидкая	199	6,2	6,1	26,4	185,1
Бутерброд с джемом или вареньем	40	1,8	0,2	22,1	97
Кофейный напиток	199	2,3	2,5	14,7	90,5
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**11**	**46**
Сок (91 ккал)	101	0,3	0,1	11	46
Обед		**19,6**	**21,7**	**85,1**	**615,5**
Икра морковная	60	1,2	3,9	5,3	61
Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной	195	3,9	4,9	12,8	111
Рыба припущенная в сметане	79	9,8	7,8	2,5	119,5
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143
Кисель из свежих ягод	149	0,2	0,2	12,7	53
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	0,6	0,3	13,2	59
Хлеб ржаной витаминизированный	40	0,9	0,5	15,1	69
Полдник		**4,6**	**5,7**	**37,4**	**219,2**
Блинчики (на масленицу)	50	2,1	3,1	31	160
Кисломолочный напиток для детского питания	103	2,5	2,6	6,4	59,2
Ужин		**10,4**	**13,7**	**33,5**	**299,9**
Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	60
Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)	70	8,9	9,5	8,4	155
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**45**	**50**	**230**	**1 553**

Повар (подпись) Нарайкина Ильнара Ришатовна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 20 февраля 2026 г.
5 день: Пищеблок №2

Категория Дети (3-7 лет) Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**10,3**	**8,8**	**63,2**	**372,6**
Каша гречневая жидкая	199	6,2	6,1	26,4	185,1
Бутерброд с джемом или вареньем	40	1,8	0,2	22,1	97
Кофейный напиток	199	2,3	2,5	14,7	90,5
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**11**	**46**
Сок (91 ккал)	101	0,3	0,1	11	46
Обед		**19,6**	**21,7**	**85,1**	**615,5**
Икра морковная	60	1,2	3,9	5,3	61
Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной	195	3,9	4,9	12,8	111
Рыба припущенная в сметане	79	9,8	7,8	2,5	119,5
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143
Кисель из свежих ягод	149	0,2	0,2	12,7	53
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	0,6	0,3	13,2	59
Хлеб ржаной витаминизированный	40	0,9	0,5	15,1	69
Полдник		**4,6**	**5,7**	**37,4**	**219,2**
Блинчики (на масленицу)	50	2,1	3,1	31	160
Кисломолочный напиток для детского питания	103	2,5	2,6	6,4	59,2
Ужин		**10,4**	**13,7**	**33,5**	**299,9**
Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	60
Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)	70	8,9	9,5	8,4	155
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**45**	**50**	**230**	**1 553**

Повар (подпись) Нарайкина Ильнара Ришатовна (расшифоровка)