МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего
(подпись)
Ермохина Ольга Михайловна

Меню на день 12 января 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**	**43,6**	**326,9**
Каша пшеничная жидкая	199	6,7	7,9	25,1	198
Бутерброд с сыром (6)	35	5,3	3,7	7,2	83
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9
2-й завтрак		**0,1**		**10,9**	**44,1**
Сок (89 ккал)	99	0,1		10,9	44,1
Обед		**18,5**	**19,8**	**96,7**	**639**
Салат "Степной" из разных овощей	60	1	3	4,5	49
Суп картофельный с мясными фрикадельками	195	4,1	3,6	15,1	109
Котлета домашняя из говядины и свинины, 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	20	0,4	0,2	8,8	39
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		**14,2**	**15,5**	**51,8**	**403,5**
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	201	14	15,3	26,3	298,5
Фрукт (54 ккал)	100	0,1	0,2	12,9	54
Чай с сахаром	200	0,1		12,6	51
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**48**	**50**	**208**	**1 473**

Повар _____ (подпись) Пенькова Надежда Михайловна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего
(подпись)
Ермохина Ольга Михайловна

Меню на день 12 января 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**	**43,6**	**326,9**
Каша пшеничная жидкая	199	6,7	7,9	25,1	198
Бутерброд с сыром (6)	35	5,3	3,7	7,2	83
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9
2-й завтрак		**0,1**		**10,9**	**44,1**
Сок (89 ккал)	99	0,1		10,9	44,1
Обед		**18,5**	**19,8**	**96,7**	**639**
Салат "Степной" из разных овощей	60	1	3	4,5	49
Суп картофельный с мясными фрикадельками	195	4,1	3,6	15,1	109
Котлета домашняя из говядины и свинины, 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	20	0,4	0,2	8,8	39
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		**14,2**	**15,5**	**51,8**	**403,5**
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	201	14	15,3	26,3	298,5
Фрукт (54 ккал)	100	0,1	0,2	12,9	54
Чай с сахаром	200	0,1		12,6	51
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**48**	**50**	**208**	**1 473**

Повар _____ (подпись) Пенькова Надежда Михайловна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 13 января 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		**0,1**		**10,9**	**44,1**
Сок (89 ккал)	99	0,1		10,9	44,1
Обед		**23,6**	**20,1**	**88,7**	**629,9**
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")	60	1,3	4	7,5	71
Свекольник с мясом со сметаной	197	4,1	4,2	12,6	105,1
Биточки печеночные	80	12,7	6,4	8,2	141
Каша гречневая вязкая	149	4,2	5,1	28,8	176,8
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3		15,2	62
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	20	0,6	0,2	7,6	35
Полдник		**4,2**	**7,6**	**31,8**	**213,1**
Полоска песочная с молоком сгущенным	50	1,6	4,9	25	151
Кисломолочный напиток для детского питания	108	2,6	2,7	6,8	62,1
Ужин		**14,6**	**13,5**	**40,1**	**341**
Шницель рыбный натуральный	70	11,9	9,9	3,2	150
Картофель тушеный	131	1,9	3,2	13	89,1
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9
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		**53**	**57**	**216**	**1 588**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна
(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 13 января 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		**0,1**		**10,9**	**44,1**
Сок (89 ккал)	99	0,1		10,9	44,1
Обед		**23,6**	**20,1**	**88,7**	**629,9**
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")	60	1,3	4	7,5	71
Свекольник с мясом со сметаной	197	4,1	4,2	12,6	105,1
Биточки печеночные	80	12,7	6,4	8,2	141
Каша гречневая вязкая	149	4,2	5,1	28,8	176,8
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3		15,2	62
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	20	0,6	0,2	7,6	35
Полдник		**4,2**	**7,6**	**31,8**	**213,1**
Полоска песочная с молоком сгущенным	50	1,6	4,9	25	151
Кисломолочный напиток для детского питания	108	2,6	2,7	6,8	62,1
Ужин		**14,6**	**13,5**	**40,1**	**341**
Шницель рыбный натуральный	70	11,9	9,9	3,2	150
Картофель тушеный	131	1,9	3,2	13	89,1
Чай с сахаром	180	0,1		11,3	45,9
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		**53**	**57**	**216**	**1 588**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна
(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 14 января 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**	**57,5**	**361,6**
Суп молочный с крупой	200	6,2	7,4	21,2	176
Бутерброд с джемом или вареньем	39	1,8	0,2	21,5	94,6
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91
2-й завтрак		**0,3**		**23**	**93,5**
Напиток из шиповника	185	0,3		23	93,5
Обед		**20,4**	**22,5**	**84,7**	**622,2**
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	151	3	4,1	23,7	144
Компот из свежих яблок	197	0,1	0,1	19,7	79,8
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Полдник		**2,9**	**3,2**	**4,7**	**59**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**13,1**	**14**	**51**	**381**
Плов из птицы	200	12,4	13,5	24,5	269
Чай с сахаром	202	0,1		12,7	51,5
Фрукт (25 ккал)	98	0,1	0,2	5,6	24,5
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**	**221**	**1 517**

Повар (подпись) Нарайкина Ильнара Ришатовна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 14 января 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**	**57,5**	**361,6**
Суп молочный с крупой	200	6,2	7,4	21,2	176
Бутерброд с джемом или вареньем	39	1,8	0,2	21,5	94,6
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91
2-й завтрак		**0,3**		**23**	**93,5**
Напиток из шиповника	185	0,3		23	93,5
Обед		**20,4**	**22,5**	**84,7**	**622,2**
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	151	3	4,1	23,7	144
Компот из свежих яблок	197	0,1	0,1	19,7	79,8
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Полдник		**2,9**	**3,2**	**4,7**	**59**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**13,1**	**14**	**51**	**381**
Плов из птицы	200	12,4	13,5	24,5	269
Чай с сахаром	202	0,1		12,7	51,5
Фрукт (25 ккал)	98	0,1	0,2	5,6	24,5
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**	**221**	**1 517**

Повар (подпись) Нарайкина Ильнара Ришатовна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 15 января 2026 г.
9 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)**

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**17,5**	**13,5**	**26,8**	**297,7**
Омлет натуральный	101	10,7	8,5	8,5	152,5
Бутерброд с сыром (9)	35	5,3	3,7	7,2	83
Чай с молоком	204	1,5	1,3	11,1	62,2
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**10,9**	**45,5**
Сок (91 ккал)	100	0,3	0,1	10,9	45,5
Обед		**19,3**	**20**	**72**	**545,3**
Суп-лапша домашняя с курицей	190	4,1	4,2	15,2	115
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	181	0,5		16,3	67,4
Хлеб пшеничный витаминизированный	21	0,4	0,2	9,2	41
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Полдник		**4,2**	**6,7**	**35,5**	**219,4**
Булочка "Нежная"	50	1,5	3,9	28,5	155
Кисломолочный напиток для детского питания	112	2,7	2,8	7	64,4
Ужин		**11,8**	**14,7**	**72,1**	**465,1**
Винегрет овощной	60	1	4	7,6	70
Запеканка картофельная с мясом отварным с маслом	201	9,7	10,3	36,2	272,4
Чай с сахаром	183	0,1		11,5	46,7
Хлеб ржаной витаминизированный	20	0,6	0,2	7,6	35
Хлеб пшеничный витаминизированный	21	0,4	0,2	9,2	41
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**53**	**55**	**217**	**1 573**

Повар _____ Пенькова Надежда Михайловна
(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 15 января 2026 г.
9 день: Пищеблок №2

Категория Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**17,5**	**13,5**	**26,8**	**297,7**
Омлет натуральный	101	10,7	8,5	8,5	152,5
Бутерброд с сыром (9)	35	5,3	3,7	7,2	83
Чай с молоком	204	1,5	1,3	11,1	62,2
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**10,9**	**45,5**
Сок (91 ккал)	100	0,3	0,1	10,9	45,5
Обед		**19,3**	**20**	**72**	**545,3**
Суп-лапша домашняя с курицей	190	4,1	4,2	15,2	115
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	181	0,5		16,3	67,4
Хлеб пшеничный витаминизированный	21	0,4	0,2	9,2	41
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Полдник		**4,2**	**6,7**	**35,5**	**219,4**
Булочка "Нежная"	50	1,5	3,9	28,5	155
Кисломолочный напиток для детского питания	112	2,7	2,8	7	64,4
Ужин		**11,8**	**14,7**	**72,1**	**465,1**
Винегрет овощной	60	1	4	7,6	70
Запеканка картофельная с мясом отварным с маслом	201	9,7	10,3	36,2	272,4
Чай с сахаром	183	0,1		11,5	46,7
Хлеб ржаной витаминизированный	20	0,6	0,2	7,6	35
Хлеб пшеничный витаминизированный	21	0,4	0,2	9,2	41
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**53**	**55**	**217**	**1 573**

Повар _____ Пенькова Надежда Михайловна
(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего (подпись) Ермохина Ольга Михайловна

Меню на день 16 января 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**	**48,4**	**315,3**
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	207	0,1		12,1	48,3
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**10,9**	**45,5**
Сок (91 ккал)	100	0,3	0,1	10,9	45,5
Обед		**21,9**	**22,6**	**103,5**	**704,1**
Салат "Любительский"	61	2,2	4,2	3,6	61
Уха рыбацкая	230	5,9	5,8	15,1	136
Биточки рубленные из птицы запеченные	70	8,7	8,9	10,3	156
Макаронные изделия отварные	149	3,5	2,8	36,6	184,8
Кисель из свежих ягод	164	0,3	0,2	14	58,3
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**	**213,6**
Мучное изделие пром.производства	50	0,9	1,5	34,1	154
Молоко питьевое кипяченое	101	2,9	3,2	4,7	59,6
Ужин		**15,9**	**19,1**	**47**	**423,3**
Суфле творожное с молоком сгущенным	171	15,7	18,9	28,6	347
Чай с сахаром	201	0,1		12,7	51,3
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25
Соль					
Соль	4				
Итого за день		**50**	**57**	**249**	**1 702**

Повар (подпись) Заузолкова Наиля Шамилевна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего (подпись) Ермохина Ольга Михайловна

Меню на день 16 января 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**	**48,4**	**315,3**
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	207	0,1		12,1	48,3
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**10,9**	**45,5**
Сок (91 ккал)	100	0,3	0,1	10,9	45,5
Обед		**21,9**	**22,6**	**103,5**	**704,1**
Салат "Любительский"	61	2,2	4,2	3,6	61
Уха рыбацкая	230	5,9	5,8	15,1	136
Биточки рубленные из птицы запеченные	70	8,7	8,9	10,3	156
Макаронные изделия отварные	149	3,5	2,8	36,6	184,8
Кисель из свежих ягод	164	0,3	0,2	14	58,3
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**	**213,6**
Мучное изделие пром.производства	50	0,9	1,5	34,1	154
Молоко питьевое кипяченое	101	2,9	3,2	4,7	59,6
Ужин		**15,9**	**19,1**	**47**	**423,3**
Суфле творожное с молоком сгущенным	171	15,7	18,9	28,6	347
Чай с сахаром	201	0,1		12,7	51,3
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25
Соль					
Соль	4				
Итого за день		**50**	**57**	**249**	**1 702**

Повар (подпись) Заузолкова Наиля Шамилевна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 19 января 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**	**45,8**	**368,5**
Каша манная жидкая	200	6,1	6,7	21,2	170
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		**0,2**	**0,1**	**10,8**	**45**
Сок (91 ккал)	99	0,2	0,1	10,8	45
Обед		**23,3**	**24,9**	**80,7**	**638,8**
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56
Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной	198	4,8	3,9	8,8	89,4
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	177	0,3		13,9	57
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Полдник		**4,6**	**6,5**	**30,4**	**198,9**
Булочка с джемом	48	2,1	3,9	24	140,2
Кисломолочный напиток для детского питания	102	2,5	2,6	6,4	58,7
Ужин		**11,3**	**11,9**	**69,2**	**429,4**
Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная)	130	2,2	5,2	7,4	85
Шницель из курицы	70	8,1	6,1	12,2	136
Чай с сахаром	202	0,1		12,7	51,5
Фрукт (98 ккал)	105	0,1	0,3	24,9	102,9
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**	**59**	**237**	**1 681**

Повар _____ Нарайкина Ильнара Ришатовна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 19 января 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**	**45,8**	**368,5**
Каша манная жидкая	200	6,1	6,7	21,2	170
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		**0,2**	**0,1**	**10,8**	**45**
Сок (91 ккал)	99	0,2	0,1	10,8	45
Обед		**23,3**	**24,9**	**80,7**	**638,8**
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56
Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной	198	4,8	3,9	8,8	89,4
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	177	0,3		13,9	57
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Полдник		**4,6**	**6,5**	**30,4**	**198,9**
Булочка с джемом	48	2,1	3,9	24	140,2
Кисломолочный напиток для детского питания	102	2,5	2,6	6,4	58,7
Ужин		**11,3**	**11,9**	**69,2**	**429,4**
Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная)	130	2,2	5,2	7,4	85
Шницель из курицы	70	8,1	6,1	12,2	136
Чай с сахаром	202	0,1		12,7	51,5
Фрукт (98 ккал)	105	0,1	0,3	24,9	102,9
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**	**59**	**237**	**1 681**

Повар _____ Нарайкина Ильнара Ришатовна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 20 января 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**	**46**
Сок (91 ккал)	101	0,3	0,1	11	46
Обед		**19,4**	**21,1**	**93,2**	**640,3**
Салат "Любительский"	61	2,2	4,2	3,6	61
Суп гороховый с гренками	200	4,4	3,1	22,9	137
Жаркое по-домашнему	201	11,4	13	22,8	253,3
Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	20	81
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**	**316,3**
Винегрет овощной	60	1	4	7,6	70
Котлета рыбная "Лада"	80	10,4	7,8	7,2	141
Чай с сахаром	201	0,1		12,7	51,3
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**	**1 567**

Повар _____ Пенькова Надежда Михайловна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 20 января 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**	**46**
Сок (91 ккал)	101	0,3	0,1	11	46
Обед		**19,4**	**21,1**	**93,2**	**640,3**
Салат "Любительский"	61	2,2	4,2	3,6	61
Суп гороховый с гренками	200	4,4	3,1	22,9	137
Жаркое по-домашнему	201	11,4	13	22,8	253,3
Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	20	81
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**	**316,3**
Винегрет овощной	60	1	4	7,6	70
Котлета рыбная "Лада"	80	10,4	7,8	7,2	141
Чай с сахаром	201	0,1		12,7	51,3
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**	**1 567**

Повар _____ Пенькова Надежда Михайловна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 21 января 2026 г.

3 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**8,3**	**7,7**	**53,7**	**316,2**
Каша рисовая жидкая	200	5,1	6,2	21,8	163
Бутерброд с джемом или вареньем	38	1,7	0,2	21	92,2
Чай с молоком	200	1,5	1,3	10,9	61
2-й завтрак		**0,3**		**22,8**	**92,5**
Напиток из шиповника	183	0,3		22,8	92,5
Обед		**19,4**	**19,6**	**89,2**	**612,7**
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком	50	0,9	3,4	4,4	52,5
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	196	4,1	4,9	5,6	83,4
Печень говяжья по-строгановски	65	9,1	7,8	2,4	116,2
Макаронные изделия отварные	150	3,5	2,8	36,8	186
Компот из кураги	179	0,5		16,1	66,6
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	40	0,9	0,5	15,1	69
Полдник		**5,6**	**7,2**	**31,7**	**214,5**
Пирог морковный	60	3	4,5	25	153
Кисломолочный напиток для детского питания	107	2,6	2,7	6,7	61,5
Ужин		**15,8**	**19**	**52,8**	**446,1**
Вареники ленивые со сгущенным молоком	181	15,6	18,8	28,5	345,9
Чай с сахаром	181	0,1		11,4	46,2
Фрукт (54 ккал)	100	0,1	0,2	12,9	54
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**49**	**54**	**250**	**1 682**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 21 января 2026 г.

3 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**8,3**	**7,7**	**53,7**	**316,2**
Каша рисовая жидкая	200	5,1	6,2	21,8	163
Бутерброд с джемом или вареньем	38	1,7	0,2	21	92,2
Чай с молоком	200	1,5	1,3	10,9	61
2-й завтрак		**0,3**		**22,8**	**92,5**
Напиток из шиповника	183	0,3		22,8	92,5
Обед		**19,4**	**19,6**	**89,2**	**612,7**
Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком	50	0,9	3,4	4,4	52,5
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	196	4,1	4,9	5,6	83,4
Печень говяжья по-строгановски	65	9,1	7,8	2,4	116,2
Макаронные изделия отварные	150	3,5	2,8	36,8	186
Компот из кураги	179	0,5		16,1	66,6
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	40	0,9	0,5	15,1	69
Полдник		**5,6**	**7,2**	**31,7**	**214,5**
Пирог морковный	60	3	4,5	25	153
Кисломолочный напиток для детского питания	107	2,6	2,7	6,7	61,5
Ужин		**15,8**	**19**	**52,8**	**446,1**
Вареники ленивые со сгущенным молоком	181	15,6	18,8	28,5	345,9
Чай с сахаром	181	0,1		11,4	46,2
Фрукт (54 ккал)	100	0,1	0,2	12,9	54
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**49**	**54**	**250**	**1 682**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 22 января 2026 г.
4 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**7,6**	**11,2**	**37,9**	**282,3**
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	201	1,5	1,3	11	61,3
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**11,1**	**46,4**
Сок (91 ккал)	102	0,3	0,1	11,1	46,4
Обед		**20,6**	**23,6**	**75,3**	**596,4**
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56
Суп картофельный с рыбой	233	6,5	6,5	15,3	145,9
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125
Рагу овощное	151	2,7	4,1	17,1	116,8
Компот из смеси сухофруктов	182	0,3		15,4	62,7
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Полдник		**2,9**	**3,2**	**4,7**	**59**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**16,3**	**14,5**	**52,3**	**402,4**
Биточки из мяса (свинина/говядина) п/ф	70	12,1	11,3	4,6	168,4
Рис припущенный с овощами "Мозайка"	129	3,6	2,9	28,9	155,8
Чай с лимоном	181	0,1		10,6	42,2
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной витаминизированный	10	0,3	0,2	3,8	17
Соль					
Соль	4				
Итого за день		**48**	**53**	**181**	**1 387**

Повар _____ Нарайкина Ильнара Ришатовна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 22 января 2026 г.
4 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**7,6**	**11,2**	**37,9**	**282,3**
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	201	1,5	1,3	11	61,3
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**11,1**	**46,4**
Сок (91 ккал)	102	0,3	0,1	11,1	46,4
Обед		**20,6**	**23,6**	**75,3**	**596,4**
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56
Суп картофельный с рыбой	233	6,5	6,5	15,3	145,9
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125
Рагу овощное	151	2,7	4,1	17,1	116,8
Компот из смеси сухофруктов	182	0,3		15,4	62,7
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Полдник		**2,9**	**3,2**	**4,7**	**59**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**16,3**	**14,5**	**52,3**	**402,4**
Биточки из мяса (свинина/говядина) п/ф	70	12,1	11,3	4,6	168,4
Рис припущенный с овощами "Мозайка"	129	3,6	2,9	28,9	155,8
Чай с лимоном	181	0,1		10,6	42,2
Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной витаминизированный	10	0,3	0,2	3,8	17
Соль					
Соль	4				
Итого за день		**48**	**53**	**181**	**1 387**

Повар _____ Нарайкина Ильнара Ришатовна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 23 января 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**	**63,9**	**375,5**
Каша гречневая жидкая	199	6,2	6,1	26,4	185,1
Бутерброд с джемом или вареньем	41	1,8	0,2	22,7	99,4
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**11,2**	**46,9**
Сок (91 ккал)	103	0,3	0,1	11,2	46,9
Обед		**20**	**22**	**87,9**	**630,8**
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	82	10,1	8,1	2,6	124
Пюре картофельное	149	3	4,1	23,3	142
Кисель из свежих ягод	187	0,3	0,2	16	66,5
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	0,6	0,3	13,2	59
Хлеб ржаной витаминизированный	39	0,9	0,5	14,7	67,3
Полдник		**7,2**	**5,7**	**33,4**	**213,8**
Сдоба обыкновенная	50	4,5	2,9	26,5	150
Кисломолочный напиток для детского питания	111	2,7	2,8	6,9	63,8
Ужин		**10,5**	**13,8**	**34,1**	**303,9**
Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	60
Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)	71	9	9,6	8,5	157,2
Чай с сахаром	187	0,1		11,8	47,7
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Соль					
Соль	5				
Итого за день		**48**	**50**	**231**	**1 571**

Повар _____ Пенькова Надежда Михайловна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 23 января 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**	**63,9**	**375,5**
Каша гречневая жидкая	199	6,2	6,1	26,4	185,1
Бутерброд с джемом или вареньем	41	1,8	0,2	22,7	99,4
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**11,2**	**46,9**
Сок (91 ккал)	103	0,3	0,1	11,2	46,9
Обед		**20**	**22**	**87,9**	**630,8**
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	82	10,1	8,1	2,6	124
Пюре картофельное	149	3	4,1	23,3	142
Кисель из свежих ягод	187	0,3	0,2	16	66,5
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	0,6	0,3	13,2	59
Хлеб ржаной витаминизированный	39	0,9	0,5	14,7	67,3
Полдник		**7,2**	**5,7**	**33,4**	**213,8**
Сдоба обыкновенная	50	4,5	2,9	26,5	150
Кисломолочный напиток для детского питания	111	2,7	2,8	6,9	63,8
Ужин		**10,5**	**13,8**	**34,1**	**303,9**
Салат из капусты белокочанной	60	1	4	5	60
Тефтели из мяса (свинина мясная и говядина)	71	9	9,6	8,5	157,2
Чай с сахаром	187	0,1		11,8	47,7
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Соль					
Соль	5				
Итого за день		**48**	**50**	**231**	**1 571**

Повар _____ Пенькова Надежда Михайловна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 26 января 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**	**43,9**	**329,2**
Каша пшеничная жидкая	201	6,7	7,9	25,3	200
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**		**11,1**	**44,9**
Сок (89 ккал)	101	0,2		11,1	44,9
Обед		**18,6**	**19,8**	**96,5**	**638,9**
Салат "Степной" из разных овощей	59	1	2,9	4,4	48,2
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	101	9,2	9	7,5	147,5
Рис припущенный	130	2,7	3,4	22	129
Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	20	81
Хлеб пшеничный витаминизированный	19	0,4	0,2	8,4	37,1
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**	**15,3**	**51,7**	**400,8**
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	199	13,8	15,1	26,1	295,5
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**	**208**	**1 473**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 26 января 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**	**43,9**	**329,2**
Каша пшеничная жидкая	201	6,7	7,9	25,3	200
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**		**11,1**	**44,9**
Сок (89 ккал)	101	0,2		11,1	44,9
Обед		**18,6**	**19,8**	**96,5**	**638,9**
Салат "Степной" из разных овощей	59	1	2,9	4,4	48,2
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	101	9,2	9	7,5	147,5
Рис припущенный	130	2,7	3,4	22	129
Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	20	81
Хлеб пшеничный витаминизированный	19	0,4	0,2	8,4	37,1
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**	**15,3**	**51,7**	**400,8**
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	199	13,8	15,1	26,1	295,5
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**	**208**	**1 473**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 27 января 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		**0,1**		**10,9**	**44,1**
Сок (89 ккал)	99	0,1		10,9	44,1
Обед		**23,6**	**20**	**88,4**	**627,6**
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")	59	1,3	3,9	7,4	69,8
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	178	0,3		15	61,3
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**	**7,5**	**31,8**	**212,1**
Полоска песочная с молоком сгущенным	51	1,6	5	25,5	154
Кисломолочный напиток для детского питания	101	2,5	2,5	6,3	58,1
Ужин		**14,4**	**13,4**	**40**	**338,2**
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	180	0,1		11,3	45,9
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**	**216**	**1 582**

Повар (подпись) Нарайкина Ильнара Ришатовна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 27 января 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		**0,1**		**10,9**	**44,1**
Сок (89 ккал)	99	0,1		10,9	44,1
Обед		**23,6**	**20**	**88,4**	**627,6**
Салат картофельный с кукурузой и морковью ("Мозаика")	59	1,3	3,9	7,4	69,8
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	178	0,3		15	61,3
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**	**7,5**	**31,8**	**212,1**
Полоска песочная с молоком сгущенным	51	1,6	5	25,5	154
Кисломолочный напиток для детского питания	101	2,5	2,5	6,3	58,1
Ужин		**14,4**	**13,4**	**40**	**338,2**
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	180	0,1		11,3	45,9
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**	**216**	**1 582**

Повар (подпись) Нарайкина Ильнара Ришатовна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 28 января 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**	**57,4**	**360,7**
Суп молочный с крупой	199	6,2	7,4	21,1	175,1
Бутерброд с джемом или вареньем	39	1,8	0,2	21,5	94,6
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91
2-й завтрак		**0,3**		**24**	**97,6**
Напиток из шиповника	193	0,3		24	97,6
Обед		**20,3**	**22,4**	**84,7**	**620,8**
Свекла отварная с маслом растительным	60	1	4	4,3	57
Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	195	4,7	4,9	11,2	108
Котлеты рыбные любительские	79	10,4	8,7	5,7	142,2
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143
Компот из свежих яблок	199	0,1	0,1	19,9	80,6
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Полдник		**2,9**	**3,2**	**4,7**	**59**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**13,1**	**14**	**51**	**381,1**
Плов из птицы	200	12,4	13,5	24,5	269
Чай с сахаром	201	0,1		12,7	51,3
Фрукт (25 ккал)	99	0,1	0,2	5,6	24,8
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		**47**	**50**	**222**	**1 519**

Повар _____ Пенькова Надежда Михайловна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 28 января 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**	**57,4**	**360,7**
Суп молочный с крупой	199	6,2	7,4	21,1	175,1
Бутерброд с джемом или вареньем	39	1,8	0,2	21,5	94,6
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91
2-й завтрак		**0,3**		**24**	**97,6**
Напиток из шиповника	193	0,3		24	97,6
Обед		**20,3**	**22,4**	**84,7**	**620,8**
Свекла отварная с маслом растительным	60	1	4	4,3	57
Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	195	4,7	4,9	11,2	108
Котлеты рыбные любительские	79	10,4	8,7	5,7	142,2
Пюре картофельное	150	3	4,1	23,5	143
Компот из свежих яблок	199	0,1	0,1	19,9	80,6
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Полдник		**2,9**	**3,2**	**4,7**	**59**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**13,1**	**14**	**51**	**381,1**
Плов из птицы	200	12,4	13,5	24,5	269
Чай с сахаром	201	0,1		12,7	51,3
Фрукт (25 ккал)	99	0,1	0,2	5,6	24,8
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		**47**	**50**	**222**	**1 519**

Повар _____ Пенькова Надежда Михайловна

(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 29 января 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**	**26,6**	**295,6**
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	202	1,5	1,3	11	61,6
2-й завтрак		**0,2**	**0,1**	**10,8**	**45**
Сок (91 ккал)	99	0,2	0,1	10,8	45
Обед		**19,4**	**20,1**	**71,8**	**545,3**
Суп-лапша домашняя с курицей	194	4,2	4,3	15,5	117,4
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	180	0,5		16,2	67
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**	**213,1**
Булочка "Нежная"	50	1,5	3,9	28,5	155
Кисломолочный напиток для детского питания	101	2,5	2,5	6,3	58,1
Ужин		**11,8**	**14,6**	**71,4**	**461,2**
Винегрет овощной	60	1	4	7,6	70
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**	**215**	**1 560**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна

(подпись) (расшифровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего _____ Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 29 января 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**	**26,6**	**295,6**
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	202	1,5	1,3	11	61,6
2-й завтрак		**0,2**	**0,1**	**10,8**	**45**
Сок (91 ккал)	99	0,2	0,1	10,8	45
Обед		**19,4**	**20,1**	**71,8**	**545,3**
Суп-лапша домашняя с курицей	194	4,2	4,3	15,5	117,4
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	180	0,5		16,2	67
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**	**213,1**
Булочка "Нежная"	50	1,5	3,9	28,5	155
Кисломолочный напиток для детского питания	101	2,5	2,5	6,3	58,1
Ужин		**11,8**	**14,6**	**71,4**	**461,2**
Винегрет овощной	60	1	4	7,6	70
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**	**215**	**1 560**

Повар _____ Заузолкова Наиля Шамилевна

(подпись) (расшифровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 30 января 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**	**46,1**	**305,4**
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	200	5,9	6,4	28,8	196
Бутерброд с маслом (10)	20	1,6	3,8	7,4	70
Чай с лимоном	169	0,1		9,9	39,4
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**10,9**	**45,5**
Сок (91 ккал)	100	0,3	0,1	10,9	45,5
Обед		**21,9**	**22,5**	**102,8**	**700,9**
Салат "Любительский"	60	2,2	4,1	3,5	60
Уха рыбацкая	229	5,9	5,8	15	135,4
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	156	0,3	0,2	13,3	55,5
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		**15,8**	**19**	**46,8**	**421,3**
Суфле творожное с молоком сгущенным	170	15,6	18,8	28,4	345
Чай с сахаром	200	0,1		12,6	51
Фрукт (25 ккал)	101	0,1	0,2	5,8	25,3
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**49**	**57**	**245**	**1 686**

Повар _____ Нарайкина Ильнара Ришатовна
(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 30 января 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**	**46,1**	**305,4**
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	200	5,9	6,4	28,8	196
Бутерброд с маслом (10)	20	1,6	3,8	7,4	70
Чай с лимоном	169	0,1		9,9	39,4
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**10,9**	**45,5**
Сок (91 ккал)	100	0,3	0,1	10,9	45,5
Обед		**21,9**	**22,5**	**102,8**	**700,9**
Салат "Любительский"	60	2,2	4,1	3,5	60
Уха рыбацкая	229	5,9	5,8	15	135,4
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	156	0,3	0,2	13,3	55,5
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		**15,8**	**19**	**46,8**	**421,3**
Суфле творожное с молоком сгущенным	170	15,6	18,8	28,4	345
Чай с сахаром	200	0,1		12,6	51
Фрукт (25 ккал)	101	0,1	0,2	5,8	25,3
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**49**	**57**	**245**	**1 686**

Повар _____ Нарайкина Ильнара Ришатовна
(подпись) (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 2 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**	**45,8**	**368,5**
Каша манная жидкая	200	6,1	6,7	21,2	170
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**	**11**	**46**
Сок (91 ккал)	101	0,3	0,1	11	46
Обед		**23,2**	**24,8**	**80,9**	**638,7**
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56
Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной	195	4,7	3,8	8,7	88
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	181	0,3		14,2	58,3
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Полдник		**4,6**	**6,5**	**30,4**	**198,9**
Булочка с джемом	48	2,1	3,9	24	140,2
Кисломолочный напиток для детского питания	102	2,5	2,6	6,4	58,7
Ужин		**12,7**	**13,2**	**66,3**	**434,3**
Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная)	130	2,2	5,2	7,4	85
Шницель из курицы	70	8,1	6,1	12,2	136
Чай с молоком	201	1,5	1,3	11	61,3
Фрукт (98 ккал)	100	0,1	0,3	23,7	98
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**	**234**	**1 686**

Повар (подпись) Пенькова Надежда Михайловна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 2 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**	**45,8**	**368,5**
Каша манная жидкая	200	6,1	6,7	21,2	170
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**	**11**	**46**
Сок (91 ккал)	101	0,3	0,1	11	46
Обед		**23,2**	**24,8**	**80,9**	**638,7**
Салат из свеклы с чесноком	60	0,8	4	4,3	56
Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной	195	4,7	3,8	8,7	88
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	181	0,3		14,2	58,3
Хлеб ржаной витаминизированный	30	0,7	0,4	11,3	51
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39
Полдник		**4,6**	**6,5**	**30,4**	**198,9**
Булочка с джемом	48	2,1	3,9	24	140,2
Кисломолочный напиток для детского питания	102	2,5	2,6	6,4	58,7
Ужин		**12,7**	**13,2**	**66,3**	**434,3**
Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная)	130	2,2	5,2	7,4	85
Шницель из курицы	70	8,1	6,1	12,2	136
Чай с молоком	201	1,5	1,3	11	61,3
Фрукт (98 ккал)	100	0,1	0,3	23,7	98
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**	**234**	**1 686**

Повар (подпись) Пенькова Надежда Михайловна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 3 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**	**342,2**
Каша молочная ассорти (пшенично-ячневая)	199	6,5	6,5	21	168,2
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**	**93,4**	**639,6**
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	204	0,1	0,1	20,4	82,6
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**	**316,3**
Винегрет овощной	60	1	4	7,6	70
Котлета рыбная "Лада"	80	10,4	7,8	7,2	141
Чай с сахаром	201	0,1		12,7	51,3
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) Заузолкова Наиля Шамилевна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:

Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна

(подпись)

Меню на день 3 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**	**342,2**
Каша молочная ассорти (пшенично-ячневая)	199	6,5	6,5	21	168,2
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**	**93,4**	**639,6**
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	204	0,1	0,1	20,4	82,6
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**	**316,3**
Винегрет овощной	60	1	4	7,6	70
Котлета рыбная "Лада"	80	10,4	7,8	7,2	141
Чай с сахаром	201	0,1		12,7	51,3
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) Заузолкова Наиля Шамилевна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 4 февраля 2026 г.
3 день: Пищеблок №2

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**8,2**	**7,6**	**53,6**	**313,8**
Каша рисовая жидкая	199	5,1	6,2	21,7	162,2
Бутерброд с джемом или вареньем	40	1,8	0,2	22,1	97
Чай с молоком	179	1,3	1,2	9,8	54,6
2-й завтрак		**0,3**		**21,5**	**87,5**
Напиток из шиповника	173	0,3		21,5	87,5
Обед		**22,1**	**21,5**	**89,3**	**640,7**
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	197	4,1	5	5,7	83,9
Бефстроганов из отварной говядины	80	11,9	9,7	4,1	151
Макаронные изделия отварные	150	3,5	2,8	36,8	186
Компот из кураги	152	0,4		13,7	56,6
Хлеб пшеничный витаминизированный	21	0,4	0,2	9,2	41
Хлеб ржаной витаминизированный	41	0,9	0,5	15,5	70,7
Полдник		**5,3**	**6,7**	**29,4**	**200,1**
Пирог морковный	55	2,8	4,1	22,9	140,3
Кисломолочный напиток для детского питания	104	2,5	2,6	6,5	59,8
Ужин		**15**	**18,1**	**44,3**	**400,4**
Суфле творожное с молоком сгущенным	162	14,9	17,9	27,1	328,8
Чай с сахаром	69			4,3	17,6
Фрукт (54 ккал)	100	0,1	0,2	12,9	54
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**51**	**54**	**238**	**1 643**

Повар (подпись) Нарайкина Ильнара Ришатовна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

Меню на день 4 февраля 2026 г.
3 день: Пищеблок №2

Категория Дети (3-7 лет) Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**8,2**	**7,6**	**53,6**	**313,8**
Каша рисовая жидкая	199	5,1	6,2	21,7	162,2
Бутерброд с джемом или вареньем	40	1,8	0,2	22,1	97
Чай с молоком	179	1,3	1,2	9,8	54,6
2-й завтрак		**0,3**		**21,5**	**87,5**
Напиток из шиповника	173	0,3		21,5	87,5
Обед		**22,1**	**21,5**	**89,3**	**640,7**
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	197	4,1	5	5,7	83,9
Бефстроганов из отварной говядины	80	11,9	9,7	4,1	151
Макаронные изделия отварные	150	3,5	2,8	36,8	186
Компот из кураги	152	0,4		13,7	56,6
Хлеб пшеничный витаминизированный	21	0,4	0,2	9,2	41
Хлеб ржаной витаминизированный	41	0,9	0,5	15,5	70,7
Полдник		**5,3**	**6,7**	**29,4**	**200,1**
Пирог морковный	55	2,8	4,1	22,9	140,3
Кисломолочный напиток для детского питания	104	2,5	2,6	6,5	59,8
Ужин		**15**	**18,1**	**44,3**	**400,4**
Суфле творожное с молоком сгущенным	162	14,9	17,9	27,1	328,8
Чай с сахаром	69			4,3	17,6
Фрукт (54 ккал)	100	0,1	0,2	12,9	54
Соль					
Соль	3				
Итого за день		**51**	**54**	**238**	**1 643**

Повар (подпись) Нарайкина Ильнара Ришатовна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

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

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**7,6**	**11,2**	**37,9**	**282,8**
Суп молочный с макаронными изделиями	201	4,5	6,1	19,6	151,8
Бутерброд с маслом (4)	20	1,6	3,8	7,4	70
Чай с молоком	200	1,5	1,3	10,9	61
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**10,9**	**45,5**
Сок (91 ккал)	100	0,3	0,1	10,9	45,5
Обед		**20,6**	**23,4**	**74,9**	**593,2**
Свекла отварная с маслом растительным	60	1	4	4,3	57
Суп картофельный с рыбой	228	6,3	6,3	15	142,7
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125
Рагу овощное	149	2,7	4,1	16,9	115,2
Компот из смеси сухофруктов	183	0,3		15,5	63
Хлеб пшеничный витаминизированный	21	0,4	0,2	9,2	41
Хлеб ржаной витаминизированный	29	0,7	0,4	10,9	49,3
Полдник		**2,9**	**3,2**	**4,7**	**59**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**16,3**	**14,5**	**52,7**	**404,8**
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	186	0,1		10,8	43,4
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		**48**	**52**	**181**	**1 385**

Повар (подпись) Пенькова Надежда Михайловна (расшифоровка)

МАДОУ д/с № 65 города Тюмени

Утверждаю:
Заместитель заведующего Ермохина Ольга Михайловна
(подпись)

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

Категория **Дети (3-7 лет)** Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**7,6**	**11,2**	**37,9**	**282,8**
Суп молочный с макаронными изделиями	201	4,5	6,1	19,6	151,8
Бутерброд с маслом (4)	20	1,6	3,8	7,4	70
Чай с молоком	200	1,5	1,3	10,9	61
2-й завтрак		**0,3**	**0,1**	**10,9**	**45,5**
Сок (91 ккал)	100	0,3	0,1	10,9	45,5
Обед		**20,6**	**23,4**	**74,9**	**593,2**
Свекла отварная с маслом растительным	60	1	4	4,3	57
Суп картофельный с рыбой	228	6,3	6,3	15	142,7
Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,2	8,4	3,1	125
Рагу овощное	149	2,7	4,1	16,9	115,2
Компот из смеси сухофруктов	183	0,3		15,5	63
Хлеб пшеничный витаминизированный	21	0,4	0,2	9,2	41
Хлеб ржаной витаминизированный	29	0,7	0,4	10,9	49,3
Полдник		**2,9**	**3,2**	**4,7**	**59**
Молоко питьевое кипяченое	100	2,9	3,2	4,7	59
Ужин		**16,3**	**14,5**	**52,7**	**404,8**
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	186	0,1		10,8	43,4
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		**48**	**52**	**181**	**1 385**

Повар (подпись) Пенькова Надежда Михайловна (расшифоровка)

Повар Пенькова Надежда Михайловна (подпись)

Повар