

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В.Машукова
2025 г.



МЕНЮ

(1 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Каша пшенная молочная 200/167,89ккал
Кофейный напиток с молоком 200/57,90
Бутерброд с маслом и сыром 50/5/13/125,78

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37

ОБЕД

Маринад овощной 60/85,32ккал
Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом 200/82,57
Плов с мясом 180/326,28
Кисель из свежемороженой ягод 200/62,35
Хлеб ржаной 25/52,50 Хлеб пшеничный 20/47

ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 200/96,356ккал
Кондитерское изделия 55/194,70

УЖИН

Овощи натуральные соленные 50/6,5ккал
Рыбные тефтели 70/97,39
Пюре картофельное 150/121,04
Сок фруктовый 200/36,00
Хлеб пшен. 25/58,75
Хлеб ржаной 25/52,50

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В.Машукова
«31» 01/10/2025 г.



МЕНЮ

(2 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Какао с молоком 200/55,78

Бутерброд с маслом 25/6/97,57

Суп молочный геркулесовый 200/145,40 калл

Яйцо отварное 40/56,70

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Сок фруктовый (овощной) 200/172 калл

ОБЕД

Салат из свеклы с чесноком и сыром 60/86,22 калл

«Волна» со сметаной, с мясом птицы 185/6/9/120,94

Запеканка картофельная с печенью 153/188,68

Компот из сухофруктов 200/62,085

Хлеб ржаной 25/52,50 пшен.20/47,00

ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 200/96,356 калл
«Гребешок» или ватрушка с повидлом из дрожжевого теста 60/167,14

УЖИН

Икра кабачковая 50/59,50 калл

Капуста, тушеная с мясом 150/151,87

Напиток из шиповника 200/41,42

Хлеб пшен. 25/58,75

Хлеб ржаной 25/52,50

Фрукты 100/47,00

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В.Машукова
2025 г.



МЕНЮ

(3 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Каша пшенная молочная с фруктами 200/173,02 ккал

Кофейный напиток с молоком 200/57,90

Бутерброд с маслом и сыром 50/5/13/25,78

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37 ккал

ОБЕД

Салат «Океан» (с кальмарами) 60/129,92 ккал

Борщ с капустой свежей со сметаной/, с мясом 187/6/7/77,81

Птица отварная 70/79,80

Макаронные изделия отварные с овощами 150/164,92

Кисель из ягод свежемороженых 200/62,35

Хлеб пшен 20/47 Хлеб ржан 25/52,50

ПОЛДНИК

Компот из ягод замороженных 200/25,183 ккал

Булочка домашняя 60/209,11

УЖИН

Кукуруза с яйцом и луком 60/78,79 ккал

Рагу из овощей с мясом 200/176,56

Чай с лимоном 200/24,11

Хлеб пшенич. 25/58,75

Хлеб ржаной 25/525,50

Фрукты 100/47,00

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В.Машукова
«31» 01 2025 г.



МЕНЮ

(4 день циклического меню)

Завтрак

Омлет натуральный 150/164,34ккал

Зеленый горошек или кукуруза консерв. 50/18,45

Какао с молоком 200/55,78

Хлеб пшеничный 40/94,00

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37ккал

ОБЕД

Овощи натуральные соленные 50/6,5ккал

Суп – уха с рыбой 180/97,22

Печень «по-строгановски» 70/144,94 Картофельное пюре 150/121,04

Лимонный напиток 200/64,17

Хлеб ржаной. 50/105,00 Хлеб пшен 20/47,00

ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 200/96,356ккал

Кондитерское изделия 55/194,70

УЖИН

Сырники из творога 200/411,63ккал

Молоко сгущенное 15/49,20

Чай с молоко 200/35,25

Фрукты 100/47,00

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В.Машукова
2025 г.



МЕНЮ

(5 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Каша «Дружба» 200/180,18ккал
Кофейный напиток с молоком 200/57,90
Бутерброд с маслом и сыром 50/5/13/125,78

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37ккал

ОБЕД

Салат из моркови с кукурузой (или зеленым горошком) 60/54,48ккал
Суп картофельный с бобовыми, с мясом 200/104,49
Гренки из пшен. хлеба 25/58,75
Рыба по-польски 70/123,17
Рис отварной с овощами 150/190,89
Напиток с витаминами «Витошка» 250/97,50
Хлеб ржаной 40/84,00

ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 200/69,37ккал
Сушка на сметане 60/208,24

УЖИН

Голубцы ленивые 150/270,00ккал
Чай с сахаром 200/23,21
Хлеб пшенич. 25/58,75
Фрукты 100/96,00

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В.Машукова
«31» 01/2025 г.



МЕНЮ

(6 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Плов вегетарианский с сухофруктами 150/207,65 ккал

Кофейный напиток с молоком 200/57,90

Бутерброд с маслом 45/6/144,57

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37 ккал

ОБЕД

Винегрет овощной 60/51,32 ккал

Суп картофельный с клецками и мясом 200/106,67

Суфле из печени 70/124,50

Каша гречневая рассыпчатая 150/230,98

Кисель из ягод свежемороженых 200/62,35

Хлеб ржаной 25/52,50

ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 200/96,35 ккал

Кондитерское изделия 55/194,70

УЖИН

Овощи натуральные соленые 50/6,5 ккал

Котлеты, биточки, шницели рыбные 70/129,59

Картофель отварной 130/119,08

Сок фруктовый 200/36,00

Хлеб ржаной 25/52,50, хлеб пшенич 25/58,75

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В.Машукова
2025 г.



МЕНЮ

(7 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Суп молочный геркулесовый 200/145,40ккал

Какао с молоком 180/55,78

Бутерброд с маслом 45/6/97,57

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Сок фруктовый 200/172,00ккал

ОБЕД

Икра кабачковая 50/59,50ккал

Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом 200/77,81

Жаркое по-домашнему 200/233,01

Компот из сухофруктов 200/62,085

Хлеб ржан.50/105, хлеб пшен 20/47,00

ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37ккал

Бисквит из моркови 60/204,66

УЖИН

Вареники ленивые с маслом сливочным 175/5/371,35

Напиток из плодов шиповника 200/41,42

Фрукты 100/47,00

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В. Машукова
2025 г.



МЕНЮ

(8 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Каша пшенная молочная с фруктами 200/173,02 ккал
Кофейный напиток с молоком 200/57,90
Бутерброд с маслом и сыром 50/5/13/125,78

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37 ккал

ОБЕД

Салат «Рубин» 60/90,56 ккал
Суп- уха с рыбой 180/97,22
Печень говяжья по- строгановски 70/144,94
Макаронные изделия отварные с овощами 150/164,92
Кисель из ягод свежемороженых 200/62,35
Хлеб ржаной 25/52,50, Хлеб пшен 25/58,75

ПОЛДНИК

Компот из ягод замороженных 200/25,183 ккал
Манник со сгущенным молоком 60/30/305,02

УЖИН

Кукуруза с яйцом и луком 60/78,79 ккал
Котлеты, биточки, тефтели из говядины 70/201,29
Рагу из овощей 150/79,41
Чай с лимоном 200/24,11
Хлеб пшенич. 25/58,7, хлеб ржаной 25/52,5

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В.Машукова
2025 г.



МЕНЮ

(9 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Омлет натуральный 150/164,34ккал

Зеленый горошек или кукуруза консерв. 50/18,45

Какао с молоком 200/55,78

Хлеб пшеничный 40/94,00

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37ккал

ОБЕД

Овощи натуральные соленные 50/6,50ккал

Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом 200/98,78

Гуляш (из птицы) 70/99,12

Картофельное пюре 150/121,04

Лимонный напиток 200/64,17

Хлеб ржаной 50/105 Хлеб пшен 20/47

ПОЛДНИК

Сок фруктовый 200/36,00ккал

Кондитерские изделия 55/178,20

УЖИН

Запеканка из творога 180/371,06ккал

Молоко сгущенное 15/49,20

Фрукты 100/47,00

Чай с молоком 200/35,25

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В. Машукова
2025 г.



МЕНЮ

(10 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Каша «Дружба» 200/180,18ккал
Кофейный напиток с молоком 200/57,90
Бутерброд с маслом и сыром 50/5/13/125,78

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37ккал

ОБЕД

Салат «Полевой» 60/65,45ккал
Свекольник со сметаной с мясом 200/85,92
Голубцы ленивые 150/270,00
Соус сметанный натуральный 30/56,22
Напиток с витаминами «Витошка» 250/97,50
Хлеб ржаной 50/105,00

ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 200/69,37ккал
Батон, или сушка, или бублики, или баранка 50/119,00

УЖИН

Рыба по-польски 70/123,17
Картофель тушеный 130/104,88
Хлеб пшеничный 25/58,75
Фрукты 100/47,00

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263

Ю.В. Машукова

2025 г.



МЕНЮ

(11 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Каша манная жидкая молочная 200/167,89ккал

Кофейный напиток с молоком 200/57,90

Бутерброд с маслом и сыром 50/5/13//125,78

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37ккал

ОБЕД

Икра кабачковая 50/59,50ккал

Щи из свежей капусты со сметаной с мясом 200/82,57

Плов с мясом 180/326,28

Кисель из ягод свежемороженых 200/62,35

Хлеб ржан 25/52,50 , Хлеб пшен 20/47,00

ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 200/96,356ккал

Кондитерское изделия 55/194,70

УЖИН

Овощи натуральные соленые 50/6,5ккал

Суфле рыбное 70/104,58

Картофельное пюре 150/121,04

Сок фруктовый 200/36,00

Хлеб ржаной 25/52,50

Хлеб пшеничный 25/58,75

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В. Машукова
2025 г.



МЕНЮ

(12 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Суп молочный геркулесовый 200/145,40 ккал

Какао с молоком 200/55,78

Яйцо отварное 40/56,70

Бутерброд с маслом 45/6/97,57

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Сок фруктовый 200/172,00 ккал

ОБЕД

Салат с кальмарами «Морской» с яблоками 60/98,54

Суп «Харчо» со сметанной с мясом 187/6/70/98,01

Запеканка картофельная с печенью 153/188,68

Компот из сухофруктов 200/62,085

Хлеб ржаной 25/52,50, Хлеб пшен 20/47,00

ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 200/96,356 ккал

Булочка «Татарочка» с курагой 60/200,87

УЖИН

Овощи натуральные соленные 50/6,50 ккал

Капуста, тушенная с мясом 150/151,87

Напиток из плодов шиповника 200/41,42

Хлеб пшен 25/58,75, Хлеб ржаной 25/52,50

Фрукты 100/96,00

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В. Машукова
2025 г.



МЕНЮ

(13 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Каша молочная пшенная с фруктами 200/173,02ккал
Кофейный напиток с молоком 200/57,90
Бутерброд с маслом и сыром 50/5/13/125,78

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37ккал

ОБЕД

Овощи натуральные соленые 50/6,5ккал
Суп картофельный с мясными фрикадельками 200/127,06
Суфле из кур с рисом 74/124,61
Макаронные изделия отварные с овощами 150/164,92
Кисель из ягод свежемороженых 200/62,35
Хлеб ржаной 25/52,50 Хлеб пшен 20/47,00

ПОЛДНИК

Компот из ягод замороженных 200/25,183ккал
Ватрушки с творогом из дрожжевого теста 60/183,09

УЖИН

Кукуруза с яйцом и луком 60/78,79ккал
Рагу из овощей с мясом 200/176,56
Чай с лимоном 200/24,11
Хлеб пшенич. 25/58,75
Хлеб ржаной 25/52,50
Фрукты 100/47,00

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В.Машукова
2025 г.



МЕНЮ

(14 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Омлет натуральный 150/164,34ккал

Зеленый горошек или кукуруза консерв. 50/18,45

Какао с молоком 200/55,78

Хлеб пшеничный 40/94,00

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37ккал

ОБЕД

Салат из свеклы (или моркови) с изюмом 60/78,98ккал

Суп с лапшой, с мясом птицы 200/114,83

Котлеты, биточки, шницели рыбные 70/129,59

Картофельное пюре 150/121,04

Лимонный напиток 200/64,17

Хлеб ржаной 50/105,00 Хлеб пшен 20/47,00

ПОЛДНИК

Сок фруктовый 200/36,00

Кондитерское изделия 55/194,70

УЖИН

Пудинг творожный 180/373,82

Молоко сгущенное 15/7,05

Чай с молоком 200/35,25

Фрукты 100/47,00

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В.Машукова
2025 г.



МЕНЮ

(15 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Каша «Рябчик» 200/169,05 ккал
Кофейный напиток с молоком 200/57,90
Бутерброд с маслом 45/6/144,57

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37 ккал

ОБЕД

Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой) 60/54,48 ккал
Рассольник ленинградский со сметаной с мясом 187/6/7/93,28
Суфле из печени 70/124,50
Рис отварной с овощами 150/190,89
Напиток с витаминами «Витошка» 250/97,50
Хлеб ржаной 50/105,00, Хлеб пшеничный 20/47,00

ПОЛДНИК

Напиток из плодов шиповника 200/41,42 ккал
Пирожок печеный с фаршем рыбным и рисом 60/177,80

УЖИН

Голубцы ленивые 150/270,00
Чай с сахаром 200/23,21
Хлеб пшеничный 25/58,75
Фрукты 100/96,00



МЕНЮ

(16 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Каша ячневая жидкая молочная 200/167,89

Кофейный напиток с молоком 200/57,90

Бутерброд с маслом и сыром 50/5/13/125,78

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37 калл

ОБЕД

Икра кабачковая 50/59,50

Свекольник со сметаной с мясом 187/6/7/85,92

Гуляш 80/118,32

Рис отварной с овощами 150/190,89

Кисель из ягод свежемороженых 200/62,35

Хлеб ржан 25/52,50 Хлеб пшен 20/47,00

ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37 калл

Батон, или сушка, или бублики, или баранка 50/119,00

УЖИН

Сельдь с луком репчатым 70/122,43

Картофель отварной 130/119,08

Чай с лимоном 200/24,11

Хлеб ржаной 25/52,50

Хлеб пшеничной 25/58,7

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263
Ю.В.Машукова
2025 г.



МЕНЮ

(17 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Суп молочный геркулесовый 200/145,40калл
Какао с молоком 200/55,78
Яйцо товарное 40/56,70
Бутерброд с маслом 45/6/97,57

ВТРОЙ ЗАВТРАК

Сок фруктовый 200/172,00

ОБЕД

Салат « Овощная мозаика» 60/63,94калл
Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом 200/77,81
Печень говяжья по-строгановски 70/144,94
Картофельное пюре 150/121,04
Компот из сухофруктов 200/62,085
Хлеб ржаной 25/52,50 Хлеб пшен 20/52,50

ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37калл
Крендель сахарный 60/199,35

УЖИН

Овощи натуральные соленые 50/6,50калл
Капуста, тушенная с мясом 150/151,87
Напиток из плодов шиповника 200/41,42
Хлеб пшен. 25/58,75, Хлеб ржаной 25/52,50
Фрукты 100/96,00



Утверждаю:

заведующий МБДОУ № 263

Ю.В.Машукова

2025 г.

МЕНЮ

(18 день цикличного меню)

ЗАВТРАК

Каша пшениная молочная с фруктами 200/173,02

Кофейный напиток с молоком 200/57,90

Хлеб пшеничный 40/94,00

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37 калл

ОБЕД

Салат « Морской» (с кальмарами и яблоками) 60/98,54 калл

Суп картофельный с бобовым, с мясом 200/104,49

Гренки из пшеничного хлеба 25/58,75

Азу 70/111,19

Макаронные изделия отварные с овощами 150/164,92

Кисель из ягод свежемороженых 200/62,35

Хлеб ржаной 25/52,50

ПОЛДНИК

Компот из ягод замороженных 200/25,18 калл

Печенье песочное 50/195,34

УЖИН

Овощи натуральные соленные 50/6,5

Тефтели рыбные 70/97,39

Картофельное пюре 150/121,04

Сок фруктовый 200/36,00

Хлеб пшенич 25/58,75, Хлеб ржаной 25/52,50

Фрукты 100/96

Утверждаю:
заведующий МБДОУ № 263

Ю.В.Машукова

2025 г.



МЕНЮ

(19 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Омлет натуральный 150/164,34ккал

Зеленый горошек или кукуруза консерв. 50/18,45

Какао с молоком 200/55,78

Хлеб пшеничный 40/94,00

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37ккал

ОБЕД

Салат из морской капусты с яйцом 60/105,41ккал

Суп-уха с рыбой 180/97,22

Запеканка картофельная с печенью 153/188,68

Компот из плодов консервированных 180/73,82

Хлеб ржаной 50/105,00

ПОЛДНИК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 200/96,356ккал

Кондитерское изделия 55/194,70

УЖИН

Запеканка из творога 180/371,06ккал

Молоко сгущенное 15/49,20

Чай с молоком 200/35,25

Фрукты 100/47,00



Утверждаю:

заведующий МБДОУ № 263

Ю.В.Машукова

2025

МЕНЮ

(20 день циклического меню)

ЗАВТРАК

Макаронные изделия , запеченные с сыром 200/249,60

Кофейный напиток с молоком 200/57,90

Бутерброд с маслом 45/6/97,57

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток или молоко кипяченое 130/69,37 калл

ОБЕД

Салат «Сытный» 60/57,18 калл

Рассольник ленинградский со сметаной с мясом 187/6/7/93,28

Котлеты , биточки куриные 70/126,48

Рис отварной с овощами 150/190,89

Напиток с витаминами « Витошка» 250/97,50

Хлеб ржан 50/105,00

ПОЛДНИК

Напиток из плодов шиповника 200/41,42 калл

Пирожок печеный из сдобного теста с яблоками(или ягодами) 60/158,51

УЖИН

Голубцы ленивые 150/296,90 калл

Соус сметанный натуральный 30/56,22

Чай с сахаром 200/23,21

Хлеб пшеничный 20/47,0

Фрукты 100/47,0

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 263 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С
ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО
СОЦИАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОМУ НАПРАВЛЕНИЮ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ",
Машукова Юлия Викторовна, Заведующий

31.01.25 11:24 (MSK)

Сертификат 2D061FB7FB4549CF8F7BA90EDD18BFAF