

Утверждаю:

Заведующий

Сафронова О.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад № 25"

Приложение №12

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	2,20	4,58	7,36	79,40	7/4/1
	Какао с молоком	150	3,10	2,97	18,89	114,65	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Сыр	10	2,63	2,66	0,00	34,46	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	335	10	10	39	287	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Яблоки	50	0,20	0,20	4,90	22,20	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	50	0	0	5	22	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Свекольник со сметаной	150	1,40	3,76	9,63	77,94	5/2/1
	Картофельное пюре	150	2,61	3,83	18,08	117,32	3/3/1
	Гуляш из отварного мяса говядины	60	9,41	9,92	2,93	138,60	12/8/1
	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительны	40	0,68	2,74	4,03	43,50	5/1/1
	Компот из сухофруктов	180	0,18	0,04	10,99	45,01	6/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной	18	1,19	0,22	6,01	30,74	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	618	17	21	62	500	
УЖИН			0	0	0	0	
	Макаронные изделия отварные	120	4,54	3,43	28,63	163,59	43/3/1
	Тефтели из мяса говядины	60	9,05	9,79	6,08	148,62	20/8/1
	Чай с сахаром	150	0,03	0,01	7,99	32,15	10/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	ИТОГО ЗА УЖИН	350	15	13	53	391	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1353	42	45	158	1201	
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150	5,21	5,09	25,74	169,60	11/4/1
	Салат из моркови с маслом растительным	40	0,47	2,74	4,48	44,39	10/1/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,38	2,44	12,47	81,33	13/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Масло сливочное	7	0,06	5,08	0,09	46,26	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	372	10	16	55	400	

Утверждаю:

Заведующий

Сафронова О.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад № 25"

Приложение №12

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	4	4	16	115	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп-пюре из картофеля	150	1,96	2,25	9,72	66,91	25/2/1
	Гренки (сухарики)	80	7,30	0,77	47,23	225,02	34/1
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	120	7,31	6,20	33,13	217,53	44/3/1
	Биточки (котлеты) из мяса говядины	60	9,07	9,45	4,47	139,21	14/8/1
	Напиток из шиповника	150	0,37	0,15	16,29	68,04	15/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной	18	1,19	0,22	6,01	30,74	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	668	29	19	127	794	
УЖИН			0	0	0	0	
	Рагу из овощей	120	1,99	3,46	12,02	87,24	18/3/1
	Мясо кур отварное (порц, без кости)	50	12,58	12,70	0,12	165,10	1/9/1
	Чай с молоком	180	1,13	1,23	9,78	54,65	12/10/1
	Сдоба обыкновенная	40	3,83	3,03	24,22	139,44	8/12/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	390	20	20	46	446	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1580	62	59	244	1756	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Суп молочный с лапшой	150	2,74	3,13	9,86	78,53	21/2/1
	Чай с молоком	180	1,13	1,23	9,78	54,65	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Масло сливочное	7	0,06	5,08	0,09	46,26	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	362	6	10	32	238	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Напиток из шиповника	150	0,37	0,15	16,29	68,04	15/10/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	0	0	16	68	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп из овощей со сметаной	150	1,33	4,53	6,90	73,65	14/2/1
	Картофельное пюре	150	2,61	3,83	18,08	117,32	3/3/1
	Биточки (котлеты) из мяса говядины	60	9,07	9,45	4,47	139,21	14/8/1
			0,00	0,00	0,00	0,00	

Утверждаю:
Заведующий: Сафронова О.В.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад № 25"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Кисель плодово-ягодный	150	0,01	0,00	12,42	49,71	9/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной	18	1,19	0,22	6,01	30,74	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	618	16	18	58	458	
УЖИН			0	0	0	0	
	Сырники из творога	80	14,56	8,59	17,74	206,52	6/5/1
	Молоко сгущенное	18	1,28	0,90	9,94	52,96	
	Чай с сахаром	150	0,03	0,01	7,99	32,15	10/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	ИТОГО ЗА УЖИН	268	17	10	46	339	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1398	39	38	152	1102	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,21	4,49	26,22	166,12	15/4/1
	Салат из моркови с маслом растительным	40	0,47	2,74	4,48	44,39	10/1/1
	Какао с молоком	150	3,10	2,97	18,89	114,65	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Масло сливочное	7	0,06	5,08	0,09	46,26	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	372	11	15	62	430	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1	0	10	43	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Рассольник со сметаной	150	1,15	2,27	7,71	55,88	9/2/1
	Капуста тушеная	120	2,98	2,60	11,93	82,93	8/3/1
	Биточки (котлеты) из мяса говядины	60	9,07	9,45	4,47	139,21	14/8/1
	Компот из сухофруктов	180	0,18	0,04	10,99	45,01	6/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной	18	1,19	0,22	6,01	30,74	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	548	16	15	51	401	
УЖИН			0	0	0	0	
	Плов из мяса кур	180	18,38	17,92	32,72	365,70	4/9/1
	Огурцы соленые	18	0,14	0,02	0,31	1,96	
	Кофейный напиток с молоком	150	2,38	2,44	12,47	81,33	13/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	ИТОГО ЗА УЖИН	368	22	21	55	496	

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1388	50	51	178	1370	
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК		0	0	0	0	
Запеканка из творога	100	17,79	10,11	13,91	217,68	9/5/1
Молоко сгущенное	18	1,28	0,90	9,94	52,96	
Чай с молоком	180	1,13	1,23	9,78	54,65	12/10/1
Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	323	22	12	46	384	
10 ЧАСОВ		0	0	0	0	
Яблоки	50	0,20	0,20	4,90	22,20	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	50	0	0	5	22	
ОБЕД		0	0	0	0	
Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	150	4,18	11,08	11,33	161,83	15/2/1
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,74	3,43	39,06	202,08	45/3/1
Суфле из печени	60	14,02	5,51	1,98	113,61	35/8/1
Соус молочный с овощами	50	1,08	3,18	3,87	48,36	4/11/1
Компот из сухофруктов	180	0,18	0,04	10,99	45,01	6/10/1
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
Хлеб ржаной	18	1,19	0,22	6,01	30,74	
ИТОГО ЗА ОБЕД	628	26	24	83	649	
УЖИН		0	0	0	0	
Биточки (котлеты) рыбные	60	8,93	1,45	5,86	72,08	9/7/1
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	40	0,59	3,34	3,43	46,09	20/1/1
Чай с сахаром	150	0,03	0,01	7,99	32,15	10/10/1
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	60	2,28	1,80	23,31	118,52	17/12/1
ИТОГО ЗА УЖИН	330	13	7	50	316	
ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1331	62	43	184	1370	
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1		0	0	0	0	
ЗАВТРАК		0	0	0	0	
Каша манная молочная с маслом сливочным	150	4,23	4,34	22,67	146,67	5/4/1
Салат из моркови с маслом растительным	40	0,47	2,74	4,48	44,39	10/1/1
Какао с молоком	150	3,10	2,97	18,89	114,65	14/10/1
Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	

Утверждаю:

Заведующий

Сафронова О.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад № 25"

Приложение №12

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Масло сливочное	7	0,06	5,08	0,09	46,26	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	372	10	15	58	411	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1	0	10	43	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Щи со свежей капустой со сметаной	150	1,20	2,21	5,00	44,60	6/2/1
	Макаронные изделия отварные	120	4,54	3,43	28,63	163,59	43/3/1
	Печень по-строгановски	80	10,70	12,19	2,39	161,94	9/8/1
	Компот из кураги	180	0,20	0,01	12,92	52,56	4/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной	18	1,19	0,22	6,01	30,74	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	568	19	18	65	500	
УЖИН			0	0	0	0	
	Капуста тушеная	120	2,98	2,60	11,93	82,93	8/3/1
	Мясо кур отварное в соусе	80	10,31	11,89	1,81	155,55	2/9/1
	Чай с сахаром	150	0,03	0,01	7,99	32,15	10/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Ватрушка с картофелем	60	3,49	3,60	22,16	134,94	6/12/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	430	18	18	54	452	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1470	48	52	187	1407	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,76	4,49	25,32	160,72	14/4/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,38	2,44	12,47	81,33	13/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Сыр	10	2,63	2,66	0,00	34,46	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	335	12	10	50	335	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	4	4	16	115	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Борщ со сметаной	150	1,38	3,71	8,48	72,74	2/2/1
	Сердце говяжье по-строгановски	80	0,27	6,70	1,61	67,76	9/8/1
	Картофельное пюре	150	2,61	3,83	18,08	117,32	3/3/1
	Огурцы соленые	18	0,14	0,02	0,31	1,96	
	Компот из сухофруктов	180	0,18	0,04	10,99	45,01	6/10/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной	18	1,19	0,22	6,01	30,74	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	616	7	15	55	382	
УЖИН			0	0	0	0	
	Биточки (котлеты) рыбные	60	8,93	1,45	5,86	72,08	9/7/1
	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительны	40	0,68	2,74	4,03	43,50	5/1/1
	Чай с молоком	180	1,13	1,23	9,78	54,65	12/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Батон нарезной	25	1,93	0,75	12,53	64,55	
	Повидло	18	0,07	0,00	11,70	47,09	
	ИТОГО ЗА УЖИН	343	14	6	54	329	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1444	37	35	175	1161	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	5,09	6,35	22,55	167,70	8/4/1
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	1/6/1
	Чай с молоком	180	1,13	1,23	9,78	54,65	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	356	13	12	45	344	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Напиток из шиповника	150	0,37	0,15	16,29	68,04	15/10/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	0	0	16	68	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,45	0,95	9,91	54,09	18/2/1
	Капуста тушеная	120	2,98	2,60	11,93	82,93	8/3/1
	Мясо кур отварное в соусе	80	10,31	11,89	1,81	155,55	2/9/1
	Кисель плодово-ягодный	150	0,01	0,00	12,42	49,71	9/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной	18	1,19	0,22	6,01	30,74	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	538	17	16	52	420	
УЖИН			0	0	0	0	
	Макаронные изделия отварные с сыром	120	6,31	5,38	26,54	179,79	43-2/1/1
	Ватрушка с творогом	50	4,87	6,84	9,20	117,85	5/12/1
	Чай с сахаром	150	0,03	0,01	7,99	32,15	10/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	ИТОГО ЗА УЖИН	340	13	12	54	377	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1384	44	41	167	1208	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Запеканка из творога	100	17,79	10,11	13,91	217,68	9/5/1
	Молоко сгущенное	18	1,28	0,90	9,94	52,96	
	Какао с молоком	150	3,10	2,97	18,89	114,65	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Масло сливочное	7	0,06	5,08	0,09	46,26	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	300	24	19	55	490	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Яблоки	50	0,20	0,20	4,90	22,20	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	50	0	0	5	22	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп из рыбной консервы	180	4,50	4,55	7,30	88,19	13/2/1
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	130	9,47	11,23	8,68	173,67	31/8/1
	Соус сметанный	40	0,49	2,98	1,75	35,69	6/11/1
	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	40	0,59	3,34	3,43	46,09	20/1/1
	Компот из сухофруктов	180	0,18	0,04	10,99	45,01	6/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной	18	1,19	0,22	6,01	30,74	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	608	18	23	48	466	
УЖИН			0	0	0	0	
	Морковь тушенная	150	1,79	5,38	11,37	101,05	10/3/1
	Котлеты из мяса кур	60	1,95	2,18	10,29	68,57	5/9/1
	Коржик молочный	60	7,94	9,74	22,11	207,78	2/1/1
	Чай с сахаром	150	0,03	0,01	7,99	32,15	10/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	ИТОГО ЗА УЖИН	440	13	17	62	456	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1398	56	59	170	1435	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	5,54	5,09	22,89	159,52	2/4/1
	Чай с молоком	180	1,13	1,23	9,78	54,65	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	9	7	45	273	

Утверждаю:

Заведующий

Сафронова О.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "Детский сад № 25"

Приложение №12

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1	0	10	43	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп крестьянский с крупой и сметаной	150	1,57	3,87	8,31	74,24	31/2/1
	Картофельное пюре	150	2,61	3,83	18,08	117,32	3/3/1
	Рыба тушеная с овощами	100	10,31	5,90	4,48	112,29	4/7/1
	Компот из сухофруктов	180	0,18	0,04	10,99	45,01	6/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной	18	1,19	0,22	6,01	30,74	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	618	17	14	58	426	
УЖИН			0	0	0	0	
	Омлет запеченный	100	6,25	9,00	1,16	110,52	2/6/1
	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами, с маслом расти	40	0,54	3,34	2,94	43,90	23/1/1
	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой	60	2,86	2,76	12,66	86,97	18/1
	Чай с сахаром	150	0,03	0,01	7,99	32,15	10/10/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	ИТОГО ЗА УЖИН	370	11	15	35	320	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1443	38	36	147	1063	
			0	0	0	0	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	14189	477	458	1762	13073	
			0	0	0	0	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1419	48	46	176	1307	
			0	0	0	0	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		15	32	54	0	

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

0

1

Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных учреждениях 1 часть и 2 часть
 Методические рекомендации и технические документы.
 Д.В.Гращенков, Л.И. Николаева 2011г

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371072

Владелец Сафронова Ольга Валерьевна

Действителен с 22.01.2026 по 22.01.2027