

Утверждаю:
Заведующий



Сафронова О.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад 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		
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	200	2,09	5,14	11,07	98,90	31/2/1
	Картофельное пюре	180	3,28	4,80	22,69	147,03	3/3/1
	Рыба тушеная с овощами	120	12,37	7,13	5,34	134,92	4/7/1
	Компот из сухофруктов	200	0,23	0,05	14,98	61,26	6/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	745	21	18	73	535	
УЖИН			0	0	0	0	
	Омлет запеченный	120	8,31	11,95	1,53	146,94	2/6/1
	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами, с маслом расти	60	0,80	5,06	4,39	66,26	23/1/1
	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой	70	5,66	5,37	25,37	172,27	18/1
	Чай с сахаром	200	0,04	0,01	9,99	40,20	10/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	ИТОГО ЗА УЖИН	475	17	23	54	484	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1750	50	49	194	1415	
			0	0	0	0	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	17913	619	606	2265	16990	
			0	0	0	0	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1791	62	61	226	1699	
			0	0	0	0	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		15	32	53	0	

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 0
- 1 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных учреждениях 1часть и 2 часть
Методические рекомендации и технические документы.
Д.В.Гращенков, Л.И. Николаева 2011г

Утверждаю:
Заведующий



Сафронова О.В.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад 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		
	ИТОГО ЗА УЖИН	445	17	16	69	488	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1771	55	51	216	1539	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Запеканка из творога	120	21,29	12,09	17,00	262,03	9/5/1
	Молоко сгущенное	20	1,42	1,00	11,04	58,84	
	Какао с молоком	200	4,12	3,95	25,17	152,69	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
	Масло сливочное	9	0,07	6,53	0,12	59,48	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	379	29	24	68	603	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Яблоки	55	0,22	0,22	5,39	24,42	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	55	0	0	5	24	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп из рыбной консервы	200	5,70	5,83	9,64	113,74	13/2/1
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	150	10,90	12,93	10,18	200,64	31/8/1
	Соус сметанный	50	0,62	3,79	2,19	45,40	6/11/1
	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,89	5,06	5,19	69,80	20/1/1
	Компот из сухофруктов	200	0,23	0,05	14,98	61,26	6/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	705	22	28	61	584	
УЖИН			0	0	0	0	
	Морковь тушенная	180	2,23	6,74	14,22	126,34	10/3/1
	Котлеты из мяса кур	80	2,53	2,88	13,39	89,67	5/9/1
	Коржик молочный	70	9,25	11,55	25,74	243,89	2/1/1
	Чай с сахаром	200	0,04	0,01	9,99	40,20	10/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	ИТОГО ЗА УЖИН	555	16	21	76	559	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1694	67	74	210	1770	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,39	6,78	30,52	212,69	2/4/1
	Чай с молоком	200	1,49	1,61	12,34	69,80	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	430	11	9	58	353	

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
ИТОГО ЗА ОБЕД	765	9	21	71	507	
УЖИН		0	0	0	0	
Биточки (котлеты) рыбные	80	11,57	1,75	6,69	88,79	9/7/1
Салат из белокочанной капусты	60	1,03	4,06	6,03	64,76	5/1/1
с морковью с маслом растительным		0,00	0,00	0,00	0,00	
Чай с молоком	200	1,49	1,61	12,34	69,80	12/10/1
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
Батон нарезной	30	2,31	0,90	15,03	77,46	
Повидло	20	0,08	0,00	13,00	52,32	
ИТОГО ЗА УЖИН	415	18	9	65	412	
ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1825	49	48	222	1514	
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК		0	0	0	0	
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	6,79	8,42	30,07	223,17	8/4/1
Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	1/6/1
Чай с молоком	200	1,49	1,61	12,34	69,80	12/10/1
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	431	16	15	57	426	
10 ЧАСОВ		0	0	0	0	
Напиток из шиповника	200	0,51	0,21	22,22	92,79	15/10/1
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	200	1	0	22	93	
ОБЕД		0	0	0	0	
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,94	1,27	13,22	72,10	18/2/1
Капуста тушеная	150	3,72	3,25	14,91	103,68	8/3/1
Мясо кур отварное в соусе	100	12,93	14,92	2,27	195,05	2/9/1
Кисель плодово-ягодный	200	0,01	0,00	17,09	68,42	9/10/1
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
ИТОГО ЗА ОБЕД	695	22	20	66	532	
УЖИН		0	0	0	0	
Макаронные изделия отварные с сыром	160	8,28	6,95	35,62	238,11	43-2//1
Ватрушка с творогом	60	6,38	8,85	11,56	151,42	5/12/1
Чай с сахаром	200	0,04	0,01	9,99	40,20	10/10/1
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	

Утверждаю: 
 Заведующий Сафронова О.В.

Меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория: Детсад 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		
	Масло сливочное	9	0,07	6,53	0,12	59,48	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	499	13	21	77	544	
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	200	1,59	2,89	6,61	58,76	6/2/1
	Макаронные изделия отварные	150	5,65	4,29	35,62	203,65	43/3/1
	Печень по-строгановски	120	16,15	18,90	3,65	249,21	9/8/1
	Компот из кураги	200	0,26	0,02	17,52	71,26	4/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	715	27	27	82	676	
УЖИН			0	0	0	0	
	Капуста тушеная	150	3,72	3,25	14,91	103,68	8/3/1
	Мясо кур отварное в соусе	100	12,93	14,92	2,27	195,05	2/9/1
	Чай с сахаром	200	0,04	0,01	9,99	40,20	10/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Ватрушка с картофелем	70	6,07	6,61	35,64	226,20	6/12/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	545	25	25	75	624	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1859	65	72	245	1887	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	6,35	5,98	33,76	214,29	14/4/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,25	15,96	105,77	13/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
	Сыр	15	3,95	3,99	0,00	51,69	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	445	16	13	64	442	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Снежок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	200	5	5	22	153	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Борщ со сметаной	200	1,85	4,93	11,30	96,86	2/2/1
	Сердце говяжье по-строгановски	120	0,41	10,58	2,46	106,63	9/8/1
	Картофельное пюре	180	3,28	4,80	22,69	147,03	3/3/1
	Огурцы соленые	20	0,16	0,02	0,34	2,18	
	Компот из сухофруктов	200	0,23	0,05	14,98	61,26	6/10/1

Утверждаю:
Заведующий



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад 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		
ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5		1839	66	68	221	1760	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		370	26	15	55	461	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Запеканка из творога	120	21,29	12,09	17,00	262,03	9/5/1
	Молоко сгущенное	20	1,42	1,00	11,04	58,84	
	Чай с молоком	200	1,49	1,61	12,34	69,80	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		370	26	15	55	461	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Яблоки	55	0,22	0,22	5,39	24,42	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		55	0	0	5	24	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	200	5,48	14,05	15,10	208,76	15/2/1
	Каша рисовая рассыпчатая	200	5,01	4,34	52,33	268,34	45/3/1
	Суфле из печени	80	18,72	7,35	2,65	151,49	35/8/1
	Соус молочный с овощами	60	1,25	3,75	4,57	56,93	4/11/1
	Компот из сухофруктов	200	0,23	0,05	14,98	61,26	6/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
ИТОГО ЗА ОБЕД		785	34	30	109	840	
УЖИН			0	0	0	0	
	Биточки (котлеты) рыбные	80	11,57	1,75	6,69	88,79	9/7/1
	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,89	5,06	5,19	69,80	20/1/1
	Чай с сахаром	200	0,04	0,01	9,99	40,20	10/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	70	4,53	3,55	46,62	236,39	17/12/1
ИТОГО ЗА УЖИН		435	19	11	81	494	
ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1		1645	80	56	250	1819	
ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,65	5,78	30,23	195,56	5/4/1
	Салат из моркови с маслом растительным	60	0,70	4,05	6,72	66,14	10/1/1
	Какао с молоком	200	4,12	3,95	25,17	152,69	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	

Утверждаю:

Заведующий Сафронова О.В.

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

 Приложение №12
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
10 ЧАСОВ		0	0	0	0	
Снежок	180	4,86	4,50	19,44	137,70	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	180	5	5	19	138	
ОБЕД		0	0	0	0	
Суп-пюре из картофеля	200	2,62	2,99	12,97	89,22	25/2/1
Гренки (сухарики)	100	9,12	0,96	59,04	281,28	34/1
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,16	7,77	41,56	272,70	44/3/1
Биточки (котлеты) из мяса говядины	80	12,10	12,60	5,95	185,61	14/8/1
Напиток из шиповника	200	0,51	0,21	22,22	92,79	15/10/1
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
ИТОГО ЗА ОБЕД	865	37	25	161	1014	
УЖИН		0	0	0	0	
Рагу из овощей	150	2,52	4,33	15,03	109,03	18/3/1
Мясо кур отварное (порц, без кости)	80	20,05	20,24	0,20	263,20	1/9/1
Чай с молоком	200	1,49	1,61	12,34	69,80	12/10/1
Сдоба обыкновенная	60	5,75	4,55	36,36	209,31	8/12/1
ИТОГО ЗА УЖИН	490	30	31	64	651	
ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	2034	85	81	316	2331	
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК		0	0	0	0	
Суп молочный с лапшой	200	3,66	4,17	13,15	104,71	21/2/1
Чай с молоком	200	1,49	1,61	12,34	69,80	12/10/1
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
Масло сливочное	9	0,07	6,53	0,12	59,48	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	439	8	13	40	304	
10 ЧАСОВ		0	0	0	0	
Напиток из шиповника	200	0,51	0,21	22,22	92,79	15/10/1
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	200	1	0	22	93	
ОБЕД		0	0	0	0	
Суп из овощей со сметаной	200	1,78	5,77	9,23	95,88	14/2/1
Картофельное пюре	180	3,28	4,80	22,69	147,03	3/3/1
Биточки (котлеты) из мяса говядины	80	12,10	12,60	5,95	185,61	14/8/1
		0,00	0,00	0,00	0,00	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371072

Владелец Сафронова Ольга Валерьевна

Действителен с 22.01.2026 по 22.01.2027