



УТВЕРЖДАЮ :

Заведующий МАДОУ ДС №4

Лысых О.В.

« 25 » 02 2025г.

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

В МУНИЦИПАЛЬНОМ АВТОНОМНОМ ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ

УЧРЕЖДЕНИИ

ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 4

(в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»)

Возраст : с 1,5-3 лет

(весенний – летний период)

г.Волчанск

1 День: Понедельник

Неделя: первая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 1,5 до 3х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша геркулесовая с маслом сливочным	150	4,8	5,6	21,9	151	№8/4
	Бутерброд (хлеб пшеничный) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Чай с молоком	180	0,67	0,83	11,25	46,67	№76
Итого за завтрак		367	7,01	9,89	42,9	275,67	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№399
	Или фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	№368
Итого за 2ой завтрак			0,4	0,4	9,8	44	0
Обед	Свекольник, на мясном бульоне со сметаной	180	3,38	5,2	11,03	116,11	№70
	Плов с мясом свинины (или мясом кур)	150	14,17	11,96	25,08	264	№180
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0	21,42	81	№9/a
	Хлеб пшеничный	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
	Хлеб ржаной	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
Итого за обед		550	21,1	43,74	65,93	589,51	
Полдник	Булочка "Домашняя"	50	3,8	2,3	25,6	144	№110
	Кисломолочная продукция (снежок)	180	4,06	4,48	5,6	82,6	№21
Итого за полдник		310	7,86	6,78	31,2	226,6	
Итого за день		1327	36,37	60,81	149,83	1135,78	

2 День: Вторник

Неделя: первая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 1,5 до 3х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300 мл							
Завтрак	Каша "Ассорти" молочная с маслом сливочным	150	4,5	4,5	21,3	141	№19/4
	Бутерброд (хлеб) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	№11.11
Итого за завтрак		367	8,89	10,37	45,41	310	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№399
	Или фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	№368
Итого за 2ой завтрак			0,4	0,4	9,8	44	0
	Суп картофельный с мясными фрикадельками со сметаной	180	5,2	4,24	11,62	133,8	№41
	Печень тушеная в томате	48/30	10,32	5,62	6,98	118	№7.19
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	120	3,65	3,32	23,25	141	№55/2
	Компот из кураги	180	0,78	0	20,22	80,58	№10
	Хлеб пшеничный	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
	Хлеб ржаной	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
Итого за обед		638	23,07	39,76	70,47	601,78	
Полдник	Ватрушка с повидлом	80	3,82	2,25	37,8	190	№107
	Молоко	180	4,35	3,75	7,2	81	№10
Итого за полдник		320	8,17	6	45	271	
Итого за день		1425	40,53	56,53	170,68	1226,78	

Здень: Среда

Неделя: первая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 1,5 до 3х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,16	5,6	19,56	144	№68
	Бутерброд (хлеб) с маслом сливочным и сыром	30/3/8	3,37	4,95	9,74	99	№3
	Какао с молоком	180	1	1,03	10,83	75	№15
Итого за завтрак		351	8,53	11,63	40,13	318	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№399
	Или фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	№368
Итого за 2ой завтрак			0,4	0,4	9,8	44	0
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	180	3,32	4,83	15,74	115,2	№52
	Овощи тушеные	120	1,23	3,04	8,15	66,1	№73
	Бифштекс из мяса	60	13,4	13,1	0,2	172	№274
	Напиток из плодов шиповника	180	0,51	0,21	14,23	61	№398
	Хлеб пшеничный	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
	Хлеб ржаной	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
Итого за обед		580	21,58	44,72	46,72	542,7	
Полдник	Лакомка из творога	70	18,76	10,82	1,2	189	№1/А
	Чай с сахаром	180	0	0	8,98	30	№13
Итого за полдник		250	18,76	10,82	10,18	219	
Итого за день		1281	49,27	67,57	106,83	1123,7	

4 День: Четверг

Неделя: первая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 1,5 до 3х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша вязкая рисовая молочная с маслом сливочным	150	4,16	5,6	19,56	144	№50
	Бутерброд (хлеб пшеничный) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Чай с лимоном	180	0,04	0	9,1	35	№31
Итого за завтрак		367	5,74	9,06	38,41	257	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№399
	Или фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	№368
Итого за 2ой завтрак			0,4	0,4	9,8	44	0
	Суп гороховый на мясном бульоне	180	3,32	4,83	15,74	115,2	№47
	Гренки (сухарики)	15	2,13	0,33	13,92	68,7	№34/2
	Пюре картофельное	120	2,4	4,19	14,45	113,6	№8
	Котлета рыбная	60	12,68	0,45	3,24	62,96	№89
	Помидор свежий	40	0,36	0,05	1,13	6,3	№69
	Фруктовый сок	180	0,2	0	14,5	53	№399
	Хлеб пшеничный	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
	Хлеб ржаной	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
Итого за обед		635	24,21	36,43	71,38	548,16	
Полдник	Булочка с корицей	50	4,2	3,1	28	148	№471
	Кисель	180	0	0	13,5	46,5	№20
Итого за полдник		230	4,2	3,1	41,5	194,5	
Итого за день		1332	34,55	48,99	161,09	1043,66	

5 День: Пятница

Неделя: первая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 1,5 до 3х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша манная с маслом сливочным	150	4,66	5,6	18,82	144	№32
	Бутерброд (хлеб пшеничный) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Чай с сахаром	180	0	0	8,98	30	№13
Итого за завтрак		367	6,2	9,06	37,55	252	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№399
	Или фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	№368
Итого за 2ой завтрак			0,4	0,4	9,8	44	0
Обед	Суп овощной с зеленым горошком на мясном бульоне со сметаной	180	1,4	4,7	8,8	79	№28
	Гуляш из мяса курицы	60	4,5	5,7	1,85	123,6	№35
	Каша гречневая рассыпчатая	120	3	4,27	14,6	175,33	№65
	Напиток Виташка	180	0	0	0	33,6	№10
	Хлеб пшеничный	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
	Хлеб ржаной	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
Итого за обед		608	12,02	41,25	33,65	539,93	
Полдник	Кондитерские изделия	50	3,8	4,9	37,2	125,1	609
	Чай с сахаром	180	0	0	8,98	30	№13
Итого за полдник		230	3,8	4,9	46,18	155,1	
Итого за день		1305	22,42	55,61	127,18	991,03	

1 День: Понедельник

Неделя: вторая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 1,5 до 3х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300 мл							
Завтрак	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	4,63	1,24	25,76	148	№168
	Бутерброд (хлеб пшеничный) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Чай с молоком	180	0,67	0,83	11,25	46,67	№76
Итого за завтрак		367	6,84	5,53	46,76	272,67	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№399
	Или фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	№368
Итого за 2ой завтрак			0,4	0,4	9,8	44	0
Обед	Суп с томатами в собственном соку	180	7,71	7,32	15,3	166,6	№2.23
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	120	3,65	3,32	23,25	141	№65/2
	Бефстроганов из мяса свинины	60	11,5	11,3	5,7	168	№7
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0	21,42	81	№9/a
	Хлеб пшеничный	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
	Хлеб ржаной	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
Итого за обед		580	26,41	48,52	74,07	685	
Полдник	Булочка Домашняя	60	3,8	6,4	28,3	184	№469
	Кисломолочная продукция (йогурт)	180	4,06	4,48	5,6	82,6	№21
Итого за полдник		310	7,86	10,88	33,9	266,6	
Итого за день		1357	41,51	65,33	164,53	1268,27	

2 День: Вторник

Неделя: вторая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 1,5 до 3х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углевод-ы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша вязкая молочная "Рябчик"	150	4,99	5,73	21,11	155	№155
	Бутерброд (хлеб) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	№11.11
Итого за завтрак		367	9,38	11,6	45,22	324	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№399
	Или фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	№368
Итого за 2ой завтрак			0,4	0,4	9,8	44	0
Обед	Щи из свежей капусты со сметаной	180	2,95	4,8	6,87	94,94	№34
	Сложный гарнир(картофельное пюре с капустой тушеной)	110	2,3	4,2	23,3	96,1	№440
	Котлета мясная	60	7,03	5,73	5,11	99,38	№6
	Компот из кураги	180	0,78	0	20,22	80,58	№10
	Хлеб пшеничный	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
	Хлеб ржаной	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
Итого за обед		570	16,18	41,31	63,9	499,4	
Полдник	Ватрушка с повидлом	60	3,82	2,25	37,8	190	№107
	Чай с лимоном	180	0,04	0	9,1	35	№31
Итого за полдник		240	3,86	2,25	46,9	225	
Итого за день		1277	29,82	55,56	165,82	1092,4	

3 День: Среда

Неделя: вторая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 1,5 до 3х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Омлет натуральный с маслом сливочным	130	7,21	10,01	1,79	125	№37
	Бутерброд (хлеб пшеничный) с маслом сливочным и сыром	30/3/8	3,37	4,95	9,74	99	№3
	Какао с молоком	180	1	1,08	10,83	75	№15
Итого за завтрак		371	11,58	16,04	22,36	299	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№399
	Или фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	№368
Итого за 2ой завтрак			0,4	0,4	9,8	44	0
Обед	Рассольник "Ленинградский" на мясном бульоне со сметаной	180	0,97	3,04	6,56	62	№2.10
	Жаркое по-домашнему	150	8,9	7,5	16,13	250	№19
	Огурец свежий	40	0,36	0,05	1,13	6,3	№69
	Напиток из плодов шиповника	180	0,51	0,21	14,23	61	№398
	Хлеб пшеничный	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
	Хлеб ржаной	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
Итого за обед		590	13,86	37,38	46,45	507,7	
Полдник	Пудинг из творога со сгущенным молоком	115/15	12,8	11,5	31,13	348	№225
	Чай с сахаром	180	0	0	8,98	30	№13
Итого за полдник		180	12,8	11,5	40,11	378	С
Итого за день		1241	38,64	65,32	118,72	1228,7	

4 День: Четверг

Неделя: вторая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 1,5 до 3х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300 мл							
Завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,26	6,07	21,29	159,75	№45
	Бутерброд (хлеб пшеничный) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Чай с лимоном	180	0,04	0	9,1	35	№31
Итого за завтрак		367	6,84	9,53	40,14	272,75	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№399
	Или фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	№368
Итого за 2ой завтрак			0,4	0,4	9,8	44	0
Обед	Суп с клецками на мясном бульоне	180	4,12	5,63	15,13	139,6	№57
	Суфле из рыбы	140	12,81	6,41	3,29	122	№268
	Соус томатный	35	0,48	1,37	2,16	21,7	№7
	Фруктовый сок	180	0,2	0	14,5	53	№399
	Хлеб пшеничный	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
	Хлеб ржаной	20	1,56	13,29	4,2	64,2	№1
Итого за обед		575	20,73	39,99	43,48	464,7	
Полдник	Булочка с корицей	50	4,2	3,1	28	148	№471
	Кисель	180	0	0	13,5	46,5	№20
Итого за полдник		230	4,2	3,1	41,5	194,5	
Итого за день		1272	32,17	53,02	134,92	975,95	

5 День: Пятница

Неделя: вторая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 1,5 до 3х лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изд. с маслом сливочным	150	4,39	4,36	14,99	116,25	№39
	Бутерброд (хлеб пшеничный) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Чай с сахаром	180	0	0	8,98	30	№13
Итого за завтрак		357	5,93	7,82	33,72	224,25	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№399
	Или фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	№368
Итого за 2ой завтрак			0,4	0,4	9,8	44	0
Обед	Борщ с свежей капустой, на мясном бульоне со сметаной.	180	2,82	4,79	7,83	93,69	№5
	Котлета куриная	60	7,03	5,73	5,11	99,38	№6
	Каша гречневая рассыпчатая	120	3	4,27	14,6	175,33	№65
	Соус томатный	35	0,48	1,37	2,16	21,7	№7
	Напиток Витошка	180	0	0	0	33,6	№10
	Хлеб пшеничный	20	1,56	13,29	4,2	64,2	
	Хлеб ржаной	20	1,56	13,29	4,2	64,2	
Итого за обед		615	16,45	42,74	38,1	552,1	
Полдник	Кондитерские изделия	50	3,8	4,9	37,2	125,1	609
	Чай с сахаром	180	0	0	8,98	30	№13
Итого за полдник		230	3,8	4,9	46,18	155,1	
Итого за день		1302	26,58	55,86	127,8	975,45	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Сертификат 66915640959591940310751843365620011840287
Владимир Львович Сила Викторина
Документ от 17.01.2025 № 1701.2025