

«Согласовано»

Старший воспитатель СП ГБОУ СОШ № 13
г. о. Чапаевск «Детский сад №29 «Кораблик»

Засыпкина /А.Н. Засыпкина/

« 21 » нояб 2025 г.

«Утверждаю»

Директор ГБОУ СОШ №13

г. о. Чапаевск

В.К. Воронкова

« 21 » нояб 2025 г.



**Основное (организованное) двухнедельное меню
для питания детей в возрасте от 1,5 до 3-х лет и от 3 до 7 лет,
посещающих структурное подразделение
ГБОУ СОШ № 13 г. о. Чапаевск - «Детский сад № 29 «Кораблик»
с 12-часовым режимом функционирования"
(весенне-летний сезон)**

Основное (организованное) двухнедельное меню весенне-летнего сезона (1 неделя)

Понедельник 1 день	Вторник 2 день	Среда 3 день	Четверг 4 день	Пятница 5 день
Завтрак				
Каша пшеничная молочная	Каша геркулесовая молочная	Каша пшенная молочная	Каша из пшена и риса молочная жидкая «Дружба»	Каша манная молочная
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброды с сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом
Кофейный напиток с молоком сгущенным	Кофейный напиток	Кофейный напиток	Кофейный напиток с молоком сгущенным	Кофейный напиток
		Второй завтрак		
Компот из свежемороженых ягод	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	Компот из сухофруктов	Фрукты свежие	Соки овощные или ягодные
Обед				
	Овощи натуральные соленные или свежие			
Суп рисовый с мясными консервами (говядина тушенная)	Суп картофельный с клецками с мясом птицы	Щи из свежей капусты с картофелем	Рассольник с мясом птицы со сметаной	Борщ с фасолью со сметаной
Каша ячневая с маслом	Жаркое по-домашнему	Тефтели мясные	Филе птицы, тушенное в томатном соусе	Суфле рыбное
Яйца вареные/ Отварные колбасные изделия		Соус красный основной	Каша гречневая рассыпчатая	Рис отварной
Компот из сухофруктов с Вит. «С»	Компот из свежемороженых ягод	Напиток лимонный	Компот из сухофруктов с Вит. «С»	Компот из свежемороженых ягод
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
Уплотненный полдник				
Плюшка	Запеканка из творога с манкой (Лапшевник из творога)	Вермишель молочная	Яйца вареные	Пирожки печенные с картофелем, (капуста, яблоки, морковь, повидло)
			Хлеб пшеничный	
Чай	Какао	Чай	Чай	Чай с сахаром и лимоном

Основное (организованное) двухнедельное меню весенне-летнего сезона (2 неделя)

Понедельник 6 день	Вторник 7 день	Среда 8 день	Четверг 9 день	Пятница 10 день
Завтрак				
Каша рисовая молочная	Каша молочная кукурузная жидкая	Каша пшеничная молочная	Каша манная молочная	Каша ячневая молочная
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброды с сыром
Кофейный напиток с молоком сгущенным	Чай	Кофейный напиток с молоком сгущенным	Кофейный напиток	Кофейный напиток
		Второй завтрак		
Компот из свежезамороженных ягод	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	Компот из свежих фруктов	Фрукты свежие	Соки овощные или ягодные
Обед				
	Салат из репчатого лука			
Суп с рыбными консервами	Суп-лапша на курином бульоне	Суп гороховый	Суп «Харчо» с мясом птицы	Свекольник со сметаной
Макароны отварные	Плов с птицей	Биточки мясные	Капуста, тушенная с мясом, курой.	Котлеты или биточки рыбные
Яйца вареные / Отварные колбасные изделия		Пюре картофельное		Каша кукурузная вязкая
Компот из сухофруктов с Вит. «С»	Напиток лимонный	Компот из свежезамороженных ягод	Компот из свежезамороженных ягод	Компот из сухофруктов с Вит. «С»
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
Уплотненный полдник				
Булочка сдобная	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста (повидлом)	Каша пшенная молочная	Икра кабачковая Хлеб пшеничный Макароны отварные	Морковь, тертая с сахаром
				Кондитерские изделия
Чай с сахаром и лимоном	Какао	Чай	Чай	Чай

Меню - раскладка на 10 дней (весенне-летний сезон) 2025 год																	
(1-й день, понедельник)																	
Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Если			Витамин «С»	Сад				Витамин «С»	№ Рецептур ы	
							Пищевые вещества (г)		Энергет, ценность		Пищевые вещества (г)		Энергет, ценность				
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж	У			Ккал
Завтрак																	
Каша пшеничная молочная	150	200					5,07	7,81	19,4	168,7		6,76	10,41	25,86	224,94		№311
-масло сливочное			3	3	3	3											
-сахар			3	3	3	3											
-крупа пшеничная			14	18	14	18											
-молоко			150	183	150	183											
Бутерброд с маслом	30/5	40./5					2,1	6,56	13,3	127,58		2,7	8,4	17,1	164,03		№6
-хлеб пшеничный			30	40	30	40											
-масло сливочное			5	5	5	5											
Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	180					2,15	1,46	15,5	84		2,58	1,75	18,6	100,8		№396
-кофе			1	1	1	1											
сгущенка			0	23	0	23											
-сахар			0	4	0	4											
Итого на завтрак							9,32	15,83	48,2	380,28		12,04	20,56	61,56	489,77		
2 - завтрак																	
Компот из свежзамороженных ягод	150	180					0,15	0,06	13,07	52,08		0,18	0,072	15,68	62,5		№127
-свежая ягода			8	14	8	14											
-сахар			0	10	0	10											
Итого 2-завтрак							0,15	0,06	13,07	52,08		0,18	0,072	15,68	62,5		
Обед																	
Суп рисовый	150	200					1,4	2,94	6,12	56,82		1,87	3,92	8,16	75,76		№98
-картофель			75	86	45	51											
-лук			0	10	0	8											
рис			8	11	8	11											
морковь			8	8	6	6											
-масло сливочное			2	2	2	2											
-масло растительное			0	2	0	2											
Мясные консервы (говядина тушенная)	25	25					13	9	8,97	115		13	9	8,97	115		№43
говядина тушенная			25	25	25	25											
Яйца вареные	40	40					5,1	4,6	0,3	63		5,1	4,6	0,3	63		№213
яйцо			40	40	40	40											
Каша ячневая с маслом	130	150					5,2	6,9	27,23	199,33		6	8	32	230		№172
крупа ячневая			29	38	29,38	30											
-масло сливочное			5	5	5	5											
Компот из сухофруктов с вит. "С"	150	200					0,23	0,01	18,28	72,57	0,035	0,31	0,01	24,37	96,76	0,05	№40

-сухофрукты			6	6	6	6											
-сахар			6	7	6	7											
Хлеб пшеничный	30	40					2,14	0,2	13,84	66,38		2,85	0,3	18,45	88,5		№1
Хлеб ржаной	30	40					1,84	5,66	10,97	102		2,45	7,55	14,62	136		№1
Итого за обед							28,91	29,31	85,71	675,1	0,035	31,58	33,38	106,87	805,02	0,05	
Уплотненный полдник																	
Плюшка	60	80					2,53	2,88	19,99	116,4		3,38	3,84	26,66	155,2		№474
мука			33	41	33	41											
дрожжи			0	0	0	0											
яйцо 1/8			5	5	5	5											
сахар			0	3	0	3											
масло растительное			0	3	0	3											
сахар			0	3	0	3											
масло сливочное			3	3	3	3											
Чай	150	200					9	2,3	10,5	39,8		12	3,1	14	53,06		№113
чай заварка			0,3	0,4	0,3	0,4											
сахар			6	7	6	7											
Итого за полдник							11,53	5,18	30,49	156,2		15,38	6,94	40,66	208,26		
Итого за 1-ый день							49,91	50,38	177,47	1263,66	0,035	59,18	60,952	224,77	1565,55	0,05	

Фрукты можно заменить на сок,
Овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и д. р.)
в период после 1 марта допускается использовать после термической обработки,

[illegible]

укроп			2	2	2	2											
клецки																	
мука			10	15	10	15											
яйцо			2.	2,5	2	2,5											
масло сливочное			1.	1,25	1	1,25											
вода			12	15	12	15											
Жаркое по- домашнему	180	200					14,89	13,48	15,7	252,45		19,02	17,23	20,05	322,6		№51
картофель			200	205	120	123											
мясо			80	92	75	84											
-лук			0	17	0	14											
морковь			10	15	8	12											
-масло растительное			0	3	0	3											
-масло сливочное			7	4	7	4											
Компот из свежемороженных ягод	150	180					0,15	0,06	13,07	52,08		0,2	0,08	17,42	62,5		№127
-свежая ягода			0	13	0	13											
-сахар			0	9	0	9											
Хлеб пшеничный	30	40					2,14	0,23	13,84	66,38		2,85	0,3	18,45	88,5		№1
Хлеб ржаной	30	40					1,84	5,66	10,67	102		2,45	7,55	14,62	136		№1
<i>Итого за обед</i>							23,3	25,08	68,91	615,31		29,92	32,24	90,24	810,6		
Уплотненный полдник																	
Запеканка из творога с манкой	100	110					12,24	8,33	8,93	164,8		13,6	9,26	9,92	183,13		№17
творог			100	103	100	103											
-яйцо 1/4			10	10	10	10											
сахар			0	9	0	9											
масло сливочное			3	3	3	3											
манка			15	13	15	13											
ванилин			0	0,1	0	0,1											
молоко			20	23	20	23											
Какао	150	200					4,65	4,65	19	135,9		6,2	6,2	25,34	181,18		№22
-какао напиток			0,6	1	0,6	1											
-сахар			3	6	3	6											
-молоко			150	174	150	174											
Итого за полдник							16,89	12,98	27,93	300,7		19,8	15,46	35,26	364,31		
<i>Итого за 2-ой день</i>							50,88	56,46	159,31	1372,12		63,88	71,89	208,16	1774,9		

Фрукты можно заменить на сок,
Овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и д. р.)
в период после 1 марта допускается использовать после термической обработки,

Меню-раскладка на 10 дней (весенне-летний сезон) 2025 год

(3-й день, среда)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Витамин «С»	Сад				Витамин «С»	№ рецептуры
							Пищевые вещества (г)			Энергет, ценность		Пищевые вещества (г)			Энерг, ценность		
	ясли	сад	ясл и	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал		

Завтрак

Каша пшениная молочная	150	200					5,07	7,8	19,4	168,7		6,76	10,4	25,87	224,9		№31
-масло сливочное			3	3	3	3											
-сахар			3	3	3	3											
-крупa пшениная			14	20	14	20											
молоко			150	174	150	174											
Бутерброды с сыром	30./5/10	30./5/15					4,73	6,88	14,56	139		6,68	8,45	19,39	180		№3
-хлеб пшеничный			30	30	30	30											
-масло сливочное			5	5	5	5											
-сыр			12	16	10	15											
Кофейный напиток	150	180					3,6	3,6	18,69	119,7		4,8	4,8	24,92	159,56		№45
-кофе			1	1	1	1											
молоко			50	55	50	55											
-сахар			7	10	7	10											
Итого на завтрак							13,4	18,28	52,65	427,4		18,24	23,65	70,18	564,46		

2 - завтрак

Компот из сухофруктов	150	200					0,23	0,01	18,28	72,57		0,31	0,01	24,37	96,76		№40
-сухофрукты			6	6	6	6											
-сахар			6	7	6	7											
<i>Итого за 2-ой завтрак</i>							0,23	0,01	18,28	72,57		0,31	0,01	24,37	96,76		

	Обед
--	------

[illegible]

томат			0	2	0	2											
-масло сливочное			1	1	1	1											
-масло растительное			0	2	0	2											
Тефтели мясные	60	70					7,58	5,69	3,88	101,24		8,85	6,64	4,53	118,11		№111
мясо			74	87	50	60											
лук			12	15	10	13											
яйцо			40	40	40	40											
морковь			12	15	10	11											
масло растительное			3	3	3	3											
масло сливочное			5	6	5	6											
томатная паста																	
рис			20	25	20	25											
Соус красный основной	15	25					0,48	1,37	2,16	21,7		0,69	1,95	3,09	31		№228
мука пшеничная			2,3	3	2,3	3											
масло сливочное			1,5	2	1,5	2											
томатное пюре			1,4	2	1,4	2											
лук			9	10	8	9											
морковь			9	10	7	6											
вода или бульон			20	30	20	30											
Напиток лимонный	150	180					0,11	0	14,46	59,06		0,14	0	17,35	70,88		№150
-лимоны			10	10	10	10											
-сахар			0	9	0	9											
Хлеб пшеничный	30	40					2,14	0,2	13,84	66,38		2,85	0,3	18,45	88,5		№1
Хлеб ржаной	30	40					1,84	5,66	10,97	102		2,45	7,55	14,62	136		№1
Итого за обед							12,71	14,48	48,24	363,68		15,68	18,4	61,74	460,16		
Уплотненный полдник																	
Вермишель молочная	150	200					4,95	6,75	27	140,28		6,58	9	26,12	187,04		№10
-масло сливочное			3	3	3	3											
-сахар			3	3	3	3											
вермишель			15	16	15	16											
-молоко			150	179	150	179											
Чай	150	200					9	2,3	10,5	39,8		12	3,1	14	53,06		№113
чай заварка			0,3	0,4	0,3	0,4											
сахар			6	7	6	7											
Итого за полдник							13,95	9,05	37,5	180,08		18,58	12,1	40,12	240,1		
Итого за 3 - ий день							40,29	41,82	156,67	1043,73		52,81	54,16	196,41	1361,48		

Фрукты можно заменить на сок,

Овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и д, р.)

в период после 1 марта допускается использовать после термической обработки,

Меню-раскладка на 10 дней (весенне-летний сезон) 2025 год

(4-й день, четверг)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто						Витамин «С»	Сад				Витамин «С»	№ рецептуры
							Пищевые вещества			Энергетическая ценность		Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность			
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал		

Завтрак	
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6
7	7
8	8
9	9
10	10
11	11
12	12
13	13
14	14
15	15
16	16
17	17
18	18
19	19
20	20
21	21
22	22
23	23
24	24
25	25
26	26
27	27
28	28
29	29
30	30
31	31
32	32
33	33
34	34
35	35
36	36
37	37
38	38
39	39
40	40
41	41
42	42
43	43
44	44
45	45
46	46
47	47
48	48
49	49
50	50
51	51
52	52
53	53
54	54
55	55
56	56
57	57
58	58
59	59
60	60
61	61
62	62
63	63
64	64
65	65
66	66
67	67
68	68
69	69
70	70
71	71
72	72
73	73
74	74
75	75
76	76
77	77
78	78
79	79
80	80
81	81
82	82
83	83
84	84
85	85
86	86
87	87
88	88
89	89
90	90
91	91
92	92
93	93
94	94
95	95
96	96
97	97
98	98
99	99
100	100

Каша из пшена и риса молочная жидкая"Дружба"	150	200					4,74	7,64	19,76	167,37		6,32	10,18	26,34	223,16		№121
-масло сливочное			3	3	3	3											
-сахар			0	3	0	3											
крупа рисовая			6	11	6	11											
крупа пшено			6	11	6	11											
-молоко			155	207	155	207											
Бутерброд с маслом	30/5	40./5					2,1	6,56	13,3	127,58		2,7	8,4	17,1	164,03		№6
-хлеб пшеничный			30	40	30	40											
-масло сливочное			5	5	5	5											
Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	180					2,15	1,46	15,5	84		2,58	1,75	18,6	100,8		№396
-кофе			1	1	1	1											
-сахар			0	4	0	4											
-сахар			7	10	7	10											
Итого на завтрак							8,99	15,7	48,56	378,95		11,6	20,33	62,04	487,99		

2 - завтрак

Фрукты свежие	100	100					0,4	0,4	9,8	47		0,4	0,4	9,8	47		458ж
-фрукт			100	100	100	100											
Итого за 2-ой завтрак							0,4	0,4	9,8	47		0,4	0,4	9,8	47		

Обед	
------	--

[illegible]

-масло сливочное			2	2	2	2											
Филе птицы, тушенное в томатном соусе	70	80					7,42	9,33	2,58	106		8,48	10,66	2,95	121,14		№179
филе курицы			88	100	60	70											
лук			9	17	8	15											
морковь			9	17	7	14											
масло растительное			0	4	0	4											
масло сливочное			2	2	2	2											
томат паста			0	4	0	4											
Каша гречневая	110	130					4,19	6,6	17,63	148,7		5,91	7,8	20,83	175,73		№168
крупа гречневая			36	46	36	46											
масло сливочное			3	4	3	4											
Компот из сухофруктов	150	200					0,23	0,01	18,28	72,57	0,035	0,31	0,01	24,37	96,76	0,05	№40
-сухофрукты			6	6	6	6											
-сахар			6	7	6	7											
Хлеб пшеничный	30	40					2,14	0,2	13,84	66,38		2,85	0,3	18,45	88,5		№1
Хлеб ржаной	30	40					1,84	5,66	10,97	102		2,45	7,55	14,62	136		№1
Итого за обед							18,4	23,2	72,48	566,71	0,035	23,38	28,22	93,46	712,87	0,05	
Уплотненный полдник																	
Яйцо вареное	40	40					2,39	2,16	0,13	29,65		2,39	2,16	0,13	29,65		№213
яйцо			40	40	40	40											
Хлеб пшеничный	30	40					2,14	0,2	13,84	66,38		2,85	0,3	18,45	88,5		№1
Чай	150	200					9	2,3	10,5	39,8		12	3,1	14	53,06		№113
чай заварка			0,3	0,4	0,3	0,4											
сахар			6	7	6	7											
Итого за полдник							13,5	4,66	24,47	135,83		17,24	5,56	32,58	171,21		
Итого за 4-ый день							41,3	43,9	155,3	1128,49	0,035	52,62	54,51	197,88	1419,07	0,05	

Фрукты можно заменить на сок,

Овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и д, р,)

в период после 1 марта допускается использовать после термической обработки,

Меню-раскладка на 10 дней (весенне-летний сезон) 2025 год																	
(5-й день, пятница)																	
Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Витамин «С»	Сад				Витамин «С»	№ рецептуры
							Пищевые вещества (г)		Энергет, ценность			Пищевые вещества (г)		Энерг, ценность			
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал		
Завтрак																	
Каша манная молочная	150	200					4,39	7,46	20,11	166		5,86	9,95	26,8	221,38		№34
-масло сливочное			3	3	3	3											
-сахар			3	3	3	3											
-крупа манная			15	20	15	20											
молоко			150	188	150	188											
Бутерброд с маслом	30/5	40./5					2,1	6,56	13,3	127,58		2,7	8,4	17,1	164,03		№6
-хлеб пшеничный			30	40	30	40											
-масло сливочное			5	5	5	5											
Кофейный напиток	150	180					3,6	3,6	18,69	119,7		4,8	4,8	24,92	159,56		№45
-кофе			1	1	1	1											
молоко			16	19	16	19											
-сахар			7	10	7	10											
Итого на завтрак							10,09	17,62	52,1	413,28		13,36	23,15	68,82	544,97		
2 - завтрак																	
Соки овощные или ягодные	150	180					0,08	0	15,15	63,33		0,9	0	18,18	76		№399
сок			150	180	150	180											
Итого за 2-ой завтрак							0,08	0	15,15	63,33		0,9	0	18,18	76		
Обед																	
Борщ с фасолью со сметаной	150/10	200/10					2,45	1,08	5,61	58,1		3,26	1,44	7,48	77,46		№190
-картофель			100	134	60	81											
капуста			52	72	45	66											
свекла			52	72	45	68											
-лук			10	14	9	11											
морковь			10	14	8	10											
фасоль			11	12	11	120											
-масло сливочное			2	2	2	2											
-масло растительное			2	2	2	2											
томат паста			2	3	2	3											
сметана			10	10	10	10											
Суфле рыбное	60	70					9,84	7,36	1,68	112,02		11,48	8,59	1,96	130,67		№59

рыба			87	103	46	48											
лук			14	20	12	17											
яйцо			20	20	20	20											
молоко			50	58	50	58											
масло растительное			3	3	3	3											
Рис отварной	130	140					3,2	4,16	31,63	176,37		3,45	4,48	34,07	189,93		№315
-рис			29	42	29	42											
-масло сливочное			4	6	4	6											
Компот из свежемороженных ягод	150	180					0,15	0,06	13,07	52,08		0,18	0,072	15,68	62,5		№127
-свежая ягода			8	14	8	14											
-сахар			0	10	0	10											
Хлеб пшеничный	30	40					2,14	0,2	13,84	66,38		2,85	0,3	18,45	88,5		№1
Хлеб ржаной	30	40					1,84	5,66	10,97	102		2,45	7,55	14,62	136		№1
Итого за обед							19,62	18,52	76,8	566,95		23,67	22,432	92,26	685,06		
Уплотненный полдник																	
Пирожки печенные с картофелем	90	90					7,4	8,25	19	238		7,4	8,25	19	238		№511/536
дрожжи			1	1	1	1											
мука			30	38	30	38											
яйцо 1/8			5	5	5	5											
сахар			3	3	3	3											
масло сливочное			3	3	3	3											
масло растительное			2	2	2	2											
картофель			66	73	40	50											
лук			14	24	8	18											
Чай с сахаром и лимоном	150	200					0,08	0	11,4	45,75		0,1	0	15,2	61		№68
чай заварка			0,3	0,4	0,3	0,4											
лимон			5	8	5	8											
сахар			6	7	6	7											
Итого за полдник							7,48	8,25	30,4	283,75		7,5	8,25	34,2	299		
Итого за 5-ый день							37,27	44,39	174,45	1327,31		45,43	53,832	213,46	1605,03		

Фрукты можно заменить на сок,

Овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и д, р,)

в период после 1 марта допускается использовать после термической обработки,

(6-й день , понедельник)																		
Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли			Витамин «С	Сад				Витамин «С	№ рецептуры		
							Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность		Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность					
	ясл и	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж	У			Ккал	
Завтрак																		
Каша рисовая молочная	150	200					5,23	7,8	18,757	166,78		6,98	10,4	25	222,38		№33	
-масло сливочное			3	3	3	3												
-сахар			0	3	0	3												
рис			15	21	15	21												
-молоко			154	178	154	178												
Бутерброд с маслом	30/5	40./5					2,1	6,56	13,3	127,58		2,7	8,4	17,1	164,03		№6	
-хлеб пшеничный			30	40	30	40												
-масло сливочное			5	5	5	5												
Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	180					2,15	1,46	15,5	84		2,58	1,75	18,6	100,8		№396	
-кофе			1	1	1	1												
сгущенка			0	29	0	29												
-сахар			0	4	0	4												
Итого на завтрак							9,48	15,82	47,557	378,36		12,26	20,55	60,7	487,21			
2 - завтрак																		
Компот из свежемороженных ягод	150	180					0,15	0,06	13,07	52,08		0,18	0,072	15,68	62,5		№127	
-свежая ягода			0	13	0	13												
-сахар			0	9	0	9												
Итого за 2-ой завтрак							0,15	0,06	13,07	52,08		0,18	0,072	15,68	62,5			
Обед																		
Суп с рыбными консервами	150	200					5,17	5,04	8,6	100,35		6,89	6,72	11,47	133,8		№87	
рыба консерва			0	30	0	30												
-картофель			73	90	44	54												
-лук			9	10	8	9												
-пшено			12	10	12	10												
-масло растительное			0	3	0	3												
-масло сливочное			2	2	2	2												
Отварные колбасные изделия	0	50					0	0	0	0		11,04	15,2	0,08	169		№37	
Сосиски отварные			0	51	0	50												
Яйца вареные	40	40					5,1	4,6	0,3	63		5,1	4,6	0,3	63		№213	
яйцо			40	40	40	40												
Макаронные отварные	120	150					4,69	6,48	25,03	183,81		5,9	8,11	31,29	229,76		№49	
-макароны			29	41	29	41												
-масло сливочное			3	6	3	6												
Компот из сухофруктов	150	200					0,23	0,01	18,28	72,57	0,035	0,31	0,01	24,37	96,76	0,05	№40	
сухофрукты			6	6	6	6												
сахар			6	7	6	7												
Хлеб пшеничный	30	40					2,14	0,2	13,84	66,38		2,85	0,3	18,45	88,5		№1	
Хлеб ржаной	30	40																

яйцо 1/8			5	5	5	5											
сахар			3	3	3	3											
масло растительное			2	2	2	2											
масло сливочное			3	3	3	3											
Чай с сахаром и лимоном	150	200					0,08	0	11,4	45,75		0,1	0	15,2	61		№68
чай заварка			0,3	0,4	0,3	0,4											
лимон			5	8	5	8											
сахар			6	7	6	7											
Итого за полдник							4,61	6,11	39,2	242,91		6,89	9,16	56,9	356,75		
Итого за 6-ой день							33,41	43,98	176,847	1261,46	0,035	53,87	72,272	233,86	1823,28	0,05	

Фрукты можно заменить на сок,

Овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и д, р.)

в период после 1 марта допускается использовать после термической обработки,

[illegible]

лук			10	10	8	8											
морковь			10	10	8	8											
куриный бульон			140	180	140	180											
масло сливочное			2	2	2	2											
масло растительное			0	2	0	2											
вермишель			10	12	10	12											
Плов с птицей	120	140					4,03	3,05	14,03	101,82		5,75	3,56	16,36	118,79		№88
-куры отварные			80	103	41	52											
--лук			10	13	8	11											
-морковь			10	13	8	10											
-рис			30	44	30	44											
-масло сливочное			3	3	3	3											
-масло растительное			0	3	0	3											
Напиток лимонный	150	180					0,11	0	14,46	59,06		0,14	0	17,35	70,88		№ 150
-лимоны			10	10	10	10											
-сахар			0	9	0	9											
Хлеб пшеничный	30	40					2,14	0,2	13,84	66,38		2,85	0,3	18,45	88,5		№1
Хлеб ржаной	30	40					1,84	5,66	10,97	102		2,45	7,55	14,62	136		№1
Итого за обед							9,87	12,86	64,63	415,39		13,49	16,68	81,9	529,01		
Уплотненный полдник																	
Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	70					4,8	3,69	20,98	156,3		5,6	4,3	24,48	182,3		№289,№314
мука			33	45	33	45											
сахар			0	8	0	8											
яйцо 1/8			5	5	5	5											
дрожжи			0,7	1	0,7	1											
масло сливочное			3	3	3	3											
масло растительное			0	2	0	2											
творог			47	60	40	55											
Какао	150	200					4,65	4,65	19	135,9		6,2	6,2	25,34	181,18		№22
-какао напиток			0,7	1	0,7	1											
-сахар			0	6	0	6											
-молоко			147	157	147	157											
Итого за полдник							9,45	8,34	39,98	292,2		11,8	10,5	49,82	363,48		
Итого за 7-ой день							36	36,11	168,37	1104,41		47,43	46,75	216,1	1413,5		

Фрукты можно заменить на

Овощи урожая прошлого

в период после 1 марта допускается использовать после термической обработки,

меню-раскладка 10 дней (весенне-летний) 2025 г.																	
(8-й день, среда)																	
Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Если			Витамин С	Сад				Витамин С	№ рецептуры	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)		Энергет, ценность		Пищевые вещества (г)		Энерг, ценность				
							Б	Ж У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал			
Завтрак																	
Каша пшеничная молочная	150	200					5,07	7,81	19,4	168,7		6,76	10,41	25,86	224,94		№311
-масло сливочное			3	3	3	3											
-сахар			0	3	0	3											
-крупa пшеничная			14	22	14	22											
-молоко			150	188	150	188											
Бутерброд с маслом	30/5	40/5					2,1	6,56	13,3	127,58		2,7	8,4	17,1	164,03		№ 6
-хлеб пшеничный			30	40	30	40											
-масло сливочное			5	5	5	5											
Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	180					2,15	1,46	15,5	84		2,58	1,75	18,6	100,8		№396
-кофе			0,7	1	0,7	1											
сгущенка			0	21	0	21											
-сахар			0	4	0	4											
Итого на завтрак							9,32	15,83	48,2	380,28		12,04	20,56	61,56	489,77		
2 - завтрак																	
Компот из свежих фруктов	150	200					5,82	5,82	13,39	52,03		7,76	7,76	17,86	69,37		№39
свежие фрукты			20	30	17,6	26,4											
-сахар			6	8	6	8											
Итого за 2-ой завтрак							5,82	5,82	13,39	52,03		7,76	7,76	17,86	69,37		
Обед																	
Суп гороховый	150	200					1,38	1,53	10,08	77,42		1,77	1,95	12,88	148,64		№88
-картофель			64	82	39	49											
-лук			0	11	0	9											
-морковь			11	9	8	7											
-горох			29	28	29	28											
-масло растительное			0	3	0	3											
-масло сливочное			2	2	2	2											
Биточки мясные	70	80					16,82	16,83	21,57	306,38		19,22	19,23	24,65	350,15		№13
-лук			0	18	0	15											
хлеб			0	14	0	14											
мясо			79	93	55	64											
-масло растительное			0	3	0	3											
яйцо 1/8			5	5	5	5											
Пюре картофельное	130	160					2,94	4,07	7,37	111,75		3,62	5	29,5	137,51		№63
-картофель			200	245	120	147											
-молоко			29	35	29	35											
-масло сливочное			2	7	2	7											
Компот из свежемороженных ягод	150	180					0,15	0,06	13,07	52,08		0,2	0,08	17,42	62,5		№127
-свежая ягода			11	14	11	14											
-сахар			0	9	0	9											
Хлеб пшеничный	30	40					2,14	0,2	13,84	66,38		2,85	0,3	18,45	88,5		№1
Хлеб ржаной	30	40					1,84	5,66	10,97	102		2,45	7,55	14,62	136		№1
Итого за обед							25,27	28,35	76,9	716,01		30,11	34,11	117,52	923,3		
Уплотненный полдник																	
Каша пшениная молочная	150	200					5,07	7,8	19,4	168,7		6,76	10,4	25,87	224,9		№31

-масло сливочное			3	3	3	3											
-сахар			3	3	3	3											
-крупа пшениная			14	20	14	20											
молоко			150	174	150	174											
Чай	150	200					9	2,3	10,5	39,8		12	3,1	14	53,06		№113
чай заварка			0,3	0,4	0,3	0,4											
сахар			6	7	6	7											
Итого за полдник							14,07	10,1	29,9	208,5		18,76	13,5	39,87	277,96		
Итого за 8-ой день							54,48	60,1	168,39	1356,82		68,67	75,93	236,81	1760,4		

Фрукты можно заменить на сок,
Овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и д. р.)
в период после 1 марта допускается использовать после термической обработки,

Меню-раскладка на 10 дней (весенне- летний сезон) 2025 год

(9-й день, четверг)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Если				Витамин «С»	Сад				Витамин «С»	№ рецептуры
							Пищевые вещества (г)			Энергет, ценность		Пищевые вещества (г)			Энерг, ценность		
	если	сад	если	сад	если	сад	Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал		

[illegible]

Каша манная молочная	150	200					4,39	7,46	20,11	166		5,86	9,95	26,8	221,38		№34
-масло сливочное			3	3	3	3											
-сахар			0	3	0	3											
-крупа манная			14	21	14	21											
молоко			150	181	150	181											
Бутерброд с маслом	30/5	35./5					2,1	6,56	13,3	127,58		2,7	8,4	17,1	145,8		№ 6
-хлеб пшеничный			30	35	30	35											
-масло сливочное			5	5	5	5											
Кофейный напиток	150	180					3,6	3,6	18,69	119,7		4,8	4,8	24,92	159,56		№45
-кофе			1	1	1	1											
молоко			50	60	50	60											
-сахар			0	6	0	6											
Итого на завтрак							10,09	17,62	52,1	413,28		13,36	23,15	68,82	526,74		

2 - завтрак

Фрукты свежие	100	100					0,4	0,4	9,8	47		0,4	0,4	9,8	47		458ж
-фрукт			100	100	100	100											
Итого за 2-ой завтрак							0,4	0,4	9,8	47		0,4	0,4	9,8	47		

	Обед
--	------

[illegible]

мясо			86	114	44	68											
или кура			0	0	0	0											
масло растительное			0	4	0	4											
томатное пюре			0	8	0	8											
морковь			11	15	9	11											
лук			11	15	9	11											
Компот из свежезамороженных ягод	150	180					0,15	0,06	13,07	52,08		0,18	0,072	15,68	62,5		№127
-свежая ягода			11	14	11	14											
-сахар			0	9	0	9											
Хлеб пшеничный	30	35					2,14	0,2	13,84	66,38		2,85	0,3	18,45	77,44		№1
Хлеб ржаной	30	35					1,84	5,66	10,97	102		2,45	7,55	14,62	119		№1
Итого за обед							20,05	20,55	55,08	482,77		23,58	26,642	68,43	576,29		
Уплотненный полдник																	
Икра кабачковая	20	30					0,54	2,12	3,47	35,1		0,72	2,83	4,63	46,8		№
икра кабачковая			29	30	20	20											
Хлеб пшеничный	30	35					2,14	0,2	13,84	66,38		2,85	0,3	18,45	77,44		№1
Макаронные отварные	120	150					4,69	6,48	25,03	183,81		5,9	8,11	31,29	229,76		№49
-макароны			29	41	29	41											
-масло сливочное			3	6	3	6											
Чай	150	200					9	2,3	10,5	39,8		12	3,1	14	53,06		№113
чай заварка			0,3	0,4	0,3	0,4											
сахар			6	7	6	7											
Итого за полдник							16,37	11,1	52,84	325,09		21,47	14,34	68,37	407,06		
Итого за 9-ый день							46,91	49,67	169,82	1268,14		58,81	64,532	215,42	1557,09		

Фрукты можно заменить на сок,
Овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и д. р.)
в период после 1 марта допускается использовать после термической обработки,

Меню-раскладка на 10 дней (весенне-летний сезон) 2025 год	
--	--

(10-й день, пятница)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Витамин «С»	Сад				Витамин «С»	№ рецептуры
							Пищевые вещества (г)			Энергет, ценность		Пищевые вещества (г)			Энерг, ценность		
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал		

Завтрак

Каша ячневая молочная	150	200					5,15	6,03	19,44	160,54		6,87	8,04	25,92	214		№311
-масло сливочное			3	3	3	3											
-сахар			0	3	0	3											
крупa ячневая			15	23	15	23											
-молоко			150	201	150	201											
Бутерброды с сыром	30./5/10	30./5/15					4,73	6,88	14,56	139		6,68	8,45	19,39	180		№3
хлеб пшеничный			30	30	30	30											
сыр российский			12	17	10	15											
масло сливочное			5	5	5	5											
Кофейный напиток	150	200					3,6	3,6	18,69	119,7		4,8	4,8	24,92	159,56		№45
-кофе			1	1	1	1											
-сахар			0	7	0	7											
молоко			150	180	150	180											
Итого на завтрак							13,48	16,51	52,69	419,24		18,35	21,29	70,23	553,56		

2 - завтрак

Соки овощные или ягодные	150	180					0,08	0	15,15	63,33		0,9	0	18,18	76		№399
сок			150	180	150	180											
Итого за 2-ой завтрак							0,08	0	15,15	63,33		0,9	0	18,18	76		

		Обед
--	--	-------------

[illegible]

вода			80	80	80	80											
Котлеты или биточки рыбные	60	70					7,61	2,45	5,33	74		10,09	3,26	6,79	97		№255
рыба			50	80	45	52											
лук			10	19	8	15											
хлеб пшеничный			11	12	11	12											
молоко или ода			11	17	11	17											
масло растительное			2	3	2	3											
масло сливочное			3	3,5	3	3,5											
Компот из сухофруктов	150	200					0,23	0,01	18,28	72,57	0,035	0,31	0,01	24,37	96,76	0,05	№40
-сухофрукты			6	6	6	6											
-сахар			6	7	6	7											
Хлеб пшеничный	30	35					2,14	0,2	13,84	66,38		2,85	0,3	18,45	77,44		№1
Хлеб ржано-пшеничный	30	35					1,84	5,66	10,97	102		2,45	7,55	14,62	119		№1
Итого за обед							8,36	9,66	52,96	485,26	0,035	10,8	12,6	73,73	585,55	0,05	
Уплотненный полдник																	
Морковь тертая с сахаром	50	60					0,49	0,038	4,64	20,92		0,74	0,05	6,96	31,38		№5
Морковь до 01.01			58	80	40	60											
с 01.01			65	89	40	60											
сахар			3	3	3	3											
Кондитеоские изделия	40	40					4,51	5,03	47,72	253,56		4,51	5,03	47,72	253,56		т/к
печенье			44	59	40	40											
Чай	150	200					9	2,3	10,5	39,8		12	3,1	14	53,06		№113
чай заварка			0,3	0,4	0,3	0,4											
сахар			6	7	6	7											
Итого за полдник							9,49	2,338	15,14	60,72		17,25	8,18	68,68	338		
Итого за 10-ый день							31,41	28,51	135,94	1028,55	0,035	47,3	42,07	230,82	1553,11	0,05	

Фрукты можно заменить на сок,

Овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и д. р.)

в период после 1 марта допускается использовать после термической обработки,