

Приказ

30.12.2025 г.

№ 162

Об утверждении примерного 10-ти дневного меню МБДОУ «Детский сад №24»

С целью организации сбалансированного рационального питания воспитанников в учреждении, строгого выполнения и соблюдения расчета стоимости детодня в соответствии с меню, выполнением норм калорийности, а также осуществления контроля по данному вопросу в 2026 г.,

приказываю:

1. Утвердить с 12.01.2026 г. примерное 10-ти дневное меню (Приложение 1)
2. При необходимости производить замену мяса на мясные консервы и молока на молоко сгущенное (согласно технологических карт) без корректировок.
3. Завхозу Рыжовой Н. И. обеспечить своевременную заявку и завоз набора основных продуктов согласно 10-ти дневного меню, выдачу продуктов питания и осуществлять постоянный контроль за условиями их хранения.
4. Поварам Черновой С. Н., Волковой В. В. строго соблюдать выполнение 10-ти дневного меню. Членам бракеражной комиссии проводить контроль за технологией приготовления блюд, согласно технологическим картам.
5. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

И. О. заведующего МБДОУ



Н. В. Груздева

Примерное 10-ти дневное меню.

День 1

№	Наименование блюда (ясли)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. цен-ть	Вит. С	№ рецептуры	Наименование блюда (сад)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. цен-сть	Вит. С	№ рецептуры
Завтрак:																
1	Бутерброд с маслом	7/30	2.97	6.74	13.8	121.7	0	№585/2	Бутерброд с маслом	7/30	2.97	6.74	13.8	121.7	0	№585/2
2	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	160/3	4.6	7.7	18.1	154	0.1	№ 100/2	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	180/4	5.5	9.2	21.7	184.8	0.12	№ 100/2
3	Чай с сахаром	150	0.15	0	11.2	43.5	0	№001	Чай с сахаром	180	0.18	0	13.4	52.2	0	№001
	Итого:	350	7.72	14.4	43.1	319.2	0.1		Итого:	401	8.65	15.9	48.9	358.7	0.12	
Завтрак 2																
	Компот из замороженной клюквы	100	0.3	0	15.7	62	0.86	№ 016	Компот из замороженной клюквы	100	0.3	0	15.7	62	0.86	№ 016
Обед:																
1	Щи из св. капусты с картофелем с мясом, со сметаной т/о	150	2.9	3.4	6.2	169	12.02	№201/2	Щи из св. капусты с картофелем с мясом, со сметаной т/о	180	3.9	4.5	8.3	225	16.02	№201/2
2	Зразы мясные с яйцом	60	7.6	2.5	5.3	74	1.98	№ 386	Зразы мясные с яйцом	70	8.9	2.9	6.2	86.3	2.31	№ 386
3	Сложный гарнир № 1: Картофельное пюре с маслом сливочным и свекла отварная	115	2.33	5.65	16	133	13.53	№ 464	Сложный гарнир № 1: Картофельное пюре с маслом сливочным и свекла отварная	135	2.73	6.75	18.9	158.6	14.52	№ 464
4	Компот из сухофруктов	150	0.45	0	23.5	93	0.3	№ 003	Компот из сухофруктов	180	0.54	0	28.2	111.6	0.36	№ 003
5	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№563
	Итого:	505	15.2	11.9	61.1	521.2	27.83		Итого:	605	18.67	14.7	75	651.1	33.21	
Полдник:																
1	Булочка "Осенняя" с сахаром	60	16.5	1.95	33.6	171.9	0	№ 593	Булочка "Осенняя" с сахаром	60	16.5	1.95	33.6	171.9	0	№ 593
2	Каша гречневая рассыпчатая с сахаром и маслом сливочным	110	3	3.4	19.6	121	0	№ 106/1	Каша гречневая рассыпчатая с сахаром и маслом сливочным	130	3.6	1.1	23.5	145.2	0	№ 106/1
3	Чай без сахара	180	0	0	0	0.15	0	№ 004/1	Чай без сахара	200	0	0	0	0.18	0	№ 004/1
	Итого:	350	19.5	5.35	53.2	293.05	0		Итого:	390	20.1	3.05	57.1	317.3	0	
Рекомендации на ужин родителям:																
	Овощное блюдо	100							Овощное блюдо	120						

	Кисломолочный продукт	150							Кисломолочный продукт	180						
	Свежий фрукт	100							Свежий фрукт	100						
Итого за день:		1655	42.8	31.7	173.1	1195.5	28.79			1896	47.72	33.6	196.7	1389	34.19	

День 2

№	Наименование блюда (ясли)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры	Наименование блюда (сад)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры
Завтрак:																
1	Каша из смеси круп (гречнево - геркулесовая)молочная с маслом	160/3	4.8	5.8	4.9	175	0	№ 109/2	Каша из смеси круп (гречнево - геркулесовая)молочная с маслом	180/4	5.8	6.9	5.9	210	0	№ 109/2
2	Какао с молоком	150	3.2	3.8	24.4	142.5	1.2	№ 005/1	Какао с молоком	180	3.8	4.6	29.3	171	1.4	№ 005/1
3	Сыр (порциями)	10	3.8	2.7	0	32.2	0.07	№575/2	Сыр (порциями)	10	3.8	2.7	0	32.2	0.07	№575/2
4	Хлеб пшеничный	30	2.3	1	15	78	0	№564	Хлеб пшеничный	40	3.1	1.3	20	104	0	№564
	Итого:	353	14.1	13.3	44.3	427.7	1.27			414	16.5	15.5	55.2	517.2	1.47	
Завтрак 2:																
	Напиток из сока	100	0.24	0.05	5.5	23	1	№ 008	Напиток из сока	100	0.24	0.05	5.5	23	1	№ 008
Обед:																
1	Бульон с филе птицы	150	6.1	2.73	31.14	177.6	0.28	№ 203	Бульон с филе птицы	180	8.16	3.64	41.52	236.8	0.37	№ 203
2	Гренки	12	12.2	1.7	72.8	349.9	0	№ 577	Гренки	12	12.2	1.7	72.8	349.9	0	№ 577
3	Котлеты рубленые из птицы	60	16.7	4.1	5.2	124	0.2	№ 387/1	Котлеты рубленые из птицы	70	19.4	4.78	6.07	144.7	0.23	№ 387/1
4	Сложный гарнир № 2: рис отварной, морковь отварная	110	2	4.1	11.9	100.2	11.96	№ 456/2	Сложный гарнир № 2: рис отварной, морковь отварная	130	2.5	4.9	14.3	120.4	14.35	№ 456/2
5	Компот из кураги и изюма	150	0.9	0	23.6	94.5	0.36	№ 026	Компот из кураги и изюма	180	1.1	0	28.3	113.4	0.43	№ 026
6	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№563
	Итого:	512	39.9	13	154.74	898.4	12.8		Итого:	612	45.96	15.5	176.4	1035	15.38	
Полдник:																
1	Овощное рагу с филе птицы	120	14.8	17.7	15.8	274	8.08	№353/1	Овощное рагу с филе птицы	140	17.8	21.8	19.4	359	9.42	№353/1
2	Компот из клюквы с яблоком	150	0.4	0	23.5	93	1.36	№ 040/1	Компот из клюквы с яблоком	180	0.5	0	28.3	111	1.63	№ 040/1
3	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№ 563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№ 563
	Итого:	300	17.2	18.1	49.4	419.2	9.44		Итого:	360	20.9	22.3	61.1	539.6	11.05	
Рекомендации на ужин родителям:																
	Яичное блюдо	100							Яичное блюдо	120						
	Кисломолочный продукт	150							Кисломолочный продукт	180						
	Свежий фрукт	100							Свежий фрукт	100						

Итого за день:	1615	71.3	44.4	253.94	1768.3	24.51				1886	83.6	53.4	298.2	2115	28.9	
----------------	------	------	------	--------	--------	-------	--	--	--	------	------	------	-------	------	------	--

День 3

№	Наименование блюда (ясли)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры	Наименование блюда (сад)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры
Завтрак:																
1	Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	160/3	4.7	8	19.7	167.5	0	№ 101/2	Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/4	5.6	9.6	23.6	201	0	№ 101/2
2	Бутерброд с джемом *	15/30	2.51	3.93	28.88	161	0.48	№ 594	Бутерброд с джемом*	15/30	2.51	3.93	28.88	161	0.48	№ 594
3	Чай с сахаром	150	0.15	0	11.2	43.5	0	№001	Чай с сахаром	180	0.18	0	13.4	52.2	0	№001
	Итого:	358	7.36	11.9	59.78	372	0.48			409	8.29	13.5	65.88	414.2	0.48	
Завтрак 2:																
	Компот из замороженной клубники	100	0.3	0	15.7	62	5.8	№ 018	Компот из замороженной клубники	100	0.3	0	15.7	62	5.8	№ 018
Обед:																
1	Борщ с капустой и картофелем с мясом и со сметаной т/о	150	2.8	3.5	9.7	81.6	5.4	№207/2	Борщ с капустой и картофелем с мясом и со сметаной т/о	180	3.7	4.8	12.9	108.8	7.2	№207/2
2	Фрикасе из курицы с сырным соусом	35/35	12.4	8.86	1.96	140.3	10.02	№ 402	Фрикасе из курицы с сырным соусом	40/40	14.1	10.1	2.24	160.3	11.45	№ 402
3	Макаронные изделия отварные	110	3.4	6.1	22.8	163	0	№ 452/2	Макаронные изделия отварные	130	4.3	7.3	27.4	195.6	0	№ 452/2
4	Компот из сухофруктов	150	0.45	0	23.5	93	0.3	№ 003	Компот из сухофруктов	180	0.54	0	28.2	111.6	0.36	№ 003
5	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№563
	Итого:	510	21	18.8	68.06	530.1	15.72		Итого:	610	25.24	22.7	84.14	645.9	19.01	
Полдник:																
1	Запеканка творожно-морковная с молоком сгущённым	115/15	11.6	5.14	11.89	117	0.35	№ 592	Запеканка творожно-морковная с молоком сгущённым	130/20	13.9	6.16	14.26	140	0.42	№ 592
2	Компот из изюма	150	0.45	0	23.5	93	0.22	№ 034	Компот из изюма	180	0.54	0	28.2	111.6	0.26	№ 034
3	Печенье**	20	1.42	1.28	1.4	72.4	0	№ 562	Печенье**	20	1.42	1.28	1.4	72.4	0	№ 562
	Итого:	300	13.5	6.42	36.79	282.4	0.57		Итого:	350	15.86	7.44	43.86	324	0.68	
Рекомендации на ужин родителям:																
	Крупяное блюдо	100							Крупяное блюдо	120						
	Кисломолочный продукт	150							Кисломолочный продукт	180						
	Свежий фрукт	100							Свежий фрукт	100						
	итоги:	1618	42.1	37.2	180.33	1246.5	22.57			1869	49.69	43.7	209.6	1446	25.97	

День 4:

№	Наименование блюда (ясли)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры	Наименование блюда (сад)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры
Завтрак:																
1	Каша манная жидкая с маслом сливочным	160/3	2.47	3.94	16.61	111.4	0.72	№ 102/2	Каша манная жидкая с маслом сливочным	180/4	2.78	4.43	18.69	125.4	0.81	№ 102/2
2	Бутерброд с маслом	7/30	2.97	6.74	13.8	121.7	0	№585/2	Бутерброд с маслом	7/30	2.97	6.74	13.8	121.7	0	№585/2
3	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2	10.6	70	0.98	№ 007/1	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91	1.17	№ 007/1
	Итого:	354	7.78	12.7	41.01	303.1	1.7		Итого:	405	8.6	13.6	46.85	338.1	1.98	
Завтрак 2:																
	Кефир разливной с сахаром	107	2.9	2.5	14	70	0.74	№ 010	Кефир разливной с сахаром	107	2.9	2.5	14	70	0.74	№ 010
Обед:																
1	Суп "Кудрявый" с курицей	150	7.9	8	16.7	162.7	7.2	№ 221/2	Суп "Кудрявый" с курицей	180	10.5	10.7	22.3	216.9	9.6	№ 221/2
2	Голубцы ленивые из филе птицы	120/40	10.6	6.81	15.09	164	15.03	№390	Голубцы ленивые из филе птицы	160/50	14.12	9.04	20.26	219	20.03	№390
4	Кисель из концентрата	150	0.06	0	24.1	67	0.3	№ 030	Кисель из концентрата	180	0.07	0	28.9	80.4	0.36	№ 030
3	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№563
	Итого:	490	20.5	15.2	65.99	445.9	22.53		Итого:	610	27.29	20.2	84.86	585.9	29.99	
Полдник:																
1	Оладьи с джемом***	120/15	5.1	6.6	31.6	313	0.41	№ 553/1	Оладьи с джемом***	120/30	6.1	7.9	37.9	255.6	0.47	№ 553/1
2	Чай без сахара	180	0	0	0	0.18	0	№ 004/1	Чай без сахара	200	0	0	0	0.2	0	№ 004/1
	Итого:	315	5.1	6.6	31.6	313.18	0.41		Итого:	350	6.1	7.9	37.9	255.8	0.47	
Рекомендации на ужин родителям:																
	Рыбное блюдо	100							Рыбное блюдо	120						
	Сок натуральный	150							Сок натуральный	180						
	Свежий фрукт	100							Свежий фрукт	100						
	Итого за день:		1616	36.3	37	152.6	1132.2	25.38			1872	44.89	44.2	183.6	1250	33.18

День 5:

№	Наименование блюда (ясли)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры	Наименование блюда (сад)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры
Завтрак:																

1	Каша пшённая жидкая с маслом сливочным	160/3	4.8	5.8	4.9	175	0	№ 105/3	Каша пшённая жидкая с маслом сливочным	180/4	5.81	6.9	5.9	210	0	№ 105/3
2	Бутерброд с маслом	7/30	2.97	6.74	13.8	121.7	0	№585/2	Бутерброд с маслом	7/30	2.97	6.74	13.8	121.7	0	№585/2
3	Чай с сахаром	150	0.15	0	11.2	43.5	0	№001	Чай с сахаром	180	0.18	0	13.4	52.2	0	№001
	Итого:	350	7.92	12.5	29.9	340.2	0		Итого:	401	8.96	13.6	33.1	383.9	0	
Завтрак 2:																
	Компот из свежих яблок	100	0.1	0	13.4	55	2.7	№006	Компот из свежих яблок	100	0.1	0	13.4	55	2.7	№006
Обед:																
1	Суп картофельный с клецками с филе птицы	150	7.9	5.2	14.4	137	7.2	№ 231/1	Суп картофельный с клецками с филе птицы	180	10.5	6.9	19.2	182.7	9.6	№ 231/1
2	Котлета рыбная любительская	60	7.6	2.5	5.3	74	2.08	№ 361	Котлета рыбная любительская	70	8.9	2.54	6.41	81	2.42	№ 361
3	Сложный гарнир № 1: Картофельное пюре с маслом сливочным и свекла отварная	115	2.33	5.65	16	133	13.53	№ 464	Сложный гарнир № 1: Картофельное пюре с маслом сливочным и свекла отварная	135	2.73	6.75	18.9	158.6	14.52	№ 464
4	Компот из изюма	150	0.45	0	23.5	93	0.22	№ 034	Компот из изюма	180	0.54	0	28.2	111.6	0.26	№ 034
5	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№563
	Итого:	505	20.2	13.7	69.3	489.2	23.03		Итого:	605	25.27	16.7	86.11	603.5	26.8	
Полдник:																
1	Кнели куриные с рисом с соусом овощным	110/40	24	17.3	10	295	0	№ 400/2	Кнели куриные с рисом с соусом овощным	120/50	28.7	20.7	12	355.6	0	№ 400/2
2	Компот из сухофруктов	150	0.45	0	23.5	93	0.3	№ 003	Компот из сухофруктов	180	0.54	0	28.2	111.6	0.36	№ 003
3	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№ 563
	Итого:	330	26.4	17.7	43.6	440.2	0.3		Итого:	390	31.84	21.2	53.6	536.8	0.36	
Рекомендации на ужин родителям:																
	Овощное блюдо	100							Овощное блюдо	120						
	Кисломолочный продукт	150							Кисломолочный продукт	180						
	Свежий фрукт	100							Свежий фрукт	100						
	Итого за день:	1635	54.7	44	156.2	1324.6	26.03		Итого:	1896	66.17	51.5	186.2	1579	29.86	

День 6:

№	Наименование блюда (ясли)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры	Наименование блюда (сад)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры
Завтрак:																
1	Каша "Дружба" молочная с маслом	160/3	4.7	8	19.7	167.5	0	№ 101/2	Каша "Дружба" молочная с маслом	180/4	5.6	9.6	23.6	201	0	№ 101/2

	сливочным								сливочным									
2	Бутерброд с маслом	7/30	2.97	6.74	13.8	121.7	0	№585/2	Бутерброд с маслом	7/30	2.97	6.74	13.8	121.7	0	№585/2		
3	Чай с сахаром	150	0.15	0	11.2	43.5	0	№001	Чай с сахаром	180	0.18	0	13.4	52.2	0	№001		
	Итого:	350	7.82	14.7	44.7	332.7	0		Итого:	401	8.75	16.3	50.8	374.9	0			
Завтрак 2:																		
	Компот из замороженной клубники	100	0.3	0	15.7	62	5.8	№ 018	Компот из замороженной клубники	100	0.3	0	15.7	62	5.8	№ 018		
Обед:																		
1	Щи из св. капусты с картофелем с мясом, со сметаной т/о	150	2.9	3.4	6.2	169	12.02	№201/2	Щи из св. капусты с картофелем с мясом, со сметаной т/о	180	3.9	4.5	8.3	225	16.02	№201/2		
2	Макаронник с мясом	180/3	17.8	10.2	21.4	257.4	0.46	№350/1	Макаронник с мясом	200/4	19.7	11.3	23.7	286	0.51	№350/1		
3	Компот из сухофруктов	150	0.45	0	23.5	93	0.3	№ 003	Компот из сухофруктов	180	0.54	0	28.2	111.6	0.36	№ 003		
4	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№563		
	Итого:	513	23.1	14	61.2	571.6	12.78		Итого:	604	26.74	16.3	73.6	692.2	16.89			
Полдник:																		
1	Омлет с картофелем с маслом сливочным	127/3	9	18.4	9.42	240	4.94	№ 403	Омлет с картофелем с маслом сливочным	146/4	10.3	21.2	10.9	276	5.7	№ 403		
2	Компот из изюма	150	0.45	0	23.5	93	0.22	№ 034	Компот из изюма	180	0.54	0	28.2	111.6	0.26	№ 034		
3	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№ 563		
	Итого:	310	11.4	18.8	43.02	385.2	5.16		Итого:	370	13.44	21.7	52.5	457.2	5.96			
Рекомендации на ужин родителям:																		
	Блюдо из творога	100							Блюдо из творога	120								
	Кисломолочный продукт	150							Кисломолочный продукт	180								
	Сок	150							Сок	180								
	Итого за день:	1673	42.6	47.5	164.62	1351.5	23.74		Итого за день:	1955	49.23	54.3	192.6	1586.3	28.65			

День 7:

№	Наименование блюда (ясли)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры	Наименование блюда (сад)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры
Завтрак:																
1	Суп молочный с макаронными	160/1,5	5.6	6	16.7	113	0.72	№ 204/2	Суп молочный с макаронными	180/1,8	6.7	7.2	20	135.6	0.81	№ 204/2

	изделиями с маслом сливочным								изделиями с маслом сливочным								
2	Бутерброд с маслом	7/30	2.97	6.74	13.8	121.7	0	№585/2	Бутерброд с маслом	7/30	2.97	6.74	13.8	121.7	0	№585/2	
3	Какао с молоком	150	3.2	3.8	24.4	142.5	1.2	№ 005/1	Какао с молоком	180	3.8	4.6	29.3	171	1.4	№ 005/1	
	Итого:	352.5	11.8	16.5	54.9	377.2	1.92		Итого:	402.8	13.47	18.5	63.1	428.3	2.21		
Завтрак 2																	
	Компот из кураги	100	0.6	0	15.7	63	0.24	№ 041/1	Компот из кураги	100	0.6	0	15.7	63	0.24	№ 041/1	
Обед:																	
1	Суп картофельный с горохом с мясом	150	6.2	3.7	12	106.8	3.48	№ 227/2	Суп картофельный с горохом с мясом	180	8.3	4.9	16	142.4	4.64	№ 227/2	
2	Гренки	12	12.2	1.7	72.8	349.9	0	№ 577	Гренки	12	12.2	1.7	72.8	349.9	0	№ 577	
3	Тефтели рыбные с рисом	60	7.6	2.5	5.3	74	0.18	№ 352/1	Тефтели рыбные с рисом	70	8.9	2.9	6.2	86.3	0.2	№ 352/1	
4	Сложный гарнир № 1: Картофельное пюре с маслом сливочным и свекла отварная	115	2.33	5.65	16	133	13.53	№ 464	Сложный гарнир № 1: Картофельное пюре с маслом сливочным и свекла отварная	135	2.73	6.75	18.9	158.6	14.52	№ 464	
5	Кисель из концентрата	150	0.06	0	24.1	67	0.3	№ 030	Кисель из концентрата	180	0.07	0	28.9	80.4	0.36	№ 030	
6	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№ 563	
	Итого:	517	30.3	13.9	140.3	782.9	17.49		Итого:	617	34.8	16.8	156.2	887.2	19.72		
Полдник:																	
1	Гуляш из филе птицы	35/35	8.23	6.38	2.05	96.2	0	№ 354/1	Гуляш из филе птицы	40/40	8.82	7.29	2.35	110.5	0	№ 354/1	
2	Каша гречневая рассыпчатая	110	3	3.4	14.6	101	0	№ 104/1	Каша гречневая рассыпчатая	130	3.6	4.1	17.3	121.2	0	№ 104/1	
3	Компот из кураги и изюма	150	0.9	0	23.6	94.5	0.36	№ 026	Компот из кураги и изюма	180	1.1	0	28.3	113.4	0.43	№ 026	
4	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№ 563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№ 563	
	Итого:	360	14.1	10.2	50.35	343.9	0.36		Итого:	420	16.12	11.9	61.35	414.7	0.43		
Рекомендации на ужин родителям:																	
	Рыбное блюдо	100							Рыбное блюдо	120							
	Кисломолочный продукт	150							Кисломолочный продукт	180							
	Свежий фрукт	100							Свежий фрукт	100							
	Итого за день:	1679.5	56.8	40.6	261.25	1567	20.01			1939.8	64.99	47.2	296.4	1793.2	22.6		

День 8:

№	Наименование блюда (ясли)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры	Наименование блюда (сад)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры	
Завтрак:																	
1	Каша жидкая геркулесовая молочная с маслом	160/3	5.7	7.6	25.5	188.5	0	№ 103/2	Каша жидкая геркулесовая молочная с маслом	180/4	6.8	9.1	30.5	226.2	0	№ 103/2	

	сливочным								сливочным							
1	Бутерброд с джемом *	15/30	2.51	3.93	28.88	161	0.48	№ 594	Бутерброд с джемом *	15/30	2.51	3.93	28.88	161	0.48	№ 594
3	Чай с сахаром	150	0.15	0	11.2	43.5	0	№001	Чай с сахаром	180	0.18	0	13.4	52.2	0	№001
	Итого:	358	8.36	11.5	65.58	393	0.48		Итого:	409	9.49	13	72.78	439.4	0.48	
Завтрак 2:																
	Компот из замороженной клюквы	100	0.3	0	15.7	62	0.86	№ 016	Компот из замороженной клюквы	100	0.3	0	15.7	62	0.86	№ 016
Обед:																
1	Суп с макаронными изделиями с филе птицы	150	7.9	5.2	14.4	137	4.2	№228	Суп с макаронными изделиями с филе птицы	200	10.5	6.9	19.2	182.7	5.6	№ 228
2	Капуста тушеная с филе птицы	150	13.8	13.6	11.8	228	15.03	№ 396	Капуста тушеная с филе птицы	180	16.6	16.3	14.2	273.6	20.03	№ 396
3	Компот из сухофруктов	150	0.45	0	23.5	93	2.7	№ 003	Компот из сухофруктов	180	0.54	0	28.2	111.6	3.2	№ 003
4	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№ 563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№ 563
	Итого:	480	24.1	19.2	59.8	510.2	21.93		Итого:	600	30.24	23.7	75	637.5	28.83	
Полдник:																
1	Запеканка из мяса птицы с рисом с соусом бешамель	140	24	17.3	10.5	295	0	№ 404	Запеканка из мяса птицы с рисом с соусом бешамель	150	28.7	20.7	12.7	285.6	0	№ 404
2	Компот из изюма	150	0.45	0	23.5	93	0.22	№ 034	Компот из изюма	180	0.54	0	28.2	111.6	0.26	№ 034
3	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№ 563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№ 563
	Итого:	320	26.4	17.7	44.1	440.2	0.22		Итого:	370	31.84	21.2	54.3	466.8	0.26	
Рекомендации на ужин родителям:																
	Овощное блюдо	100							Овощное блюдо	120						
	Кисломолочный продукт	150							Кисломолочный продукт	180						
	Сок	100							Сок	100						
	Итого за день:	1608	59.2	48.4	185.18	1405.4	23.49		Итого за день:	1879	71.87	57.9	217.8	1605.7	30.43	

День 9:

№	Наименование блюда (ясли)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры	Наименование блюда (сад)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры
Завтрак:																
1	Каша пшённая жидкая с маслом сливочным	160/3	4.8	5.8	4.9	175	0	№ 105/3	Каша пшённая жидкая с маслом сливочным	180/4	5.81	6.9	5.9	210	0	№ 105/3

2	Сыр (порциями)	10	3.8	2.7	0	32.2	0.07	№575/2	Сыр (порциями)	10	3.8	2.7	0	32.2	0.07	№575/2
3	Хлеб пшеничный	30	2.3	1	15	78	0	№ 564	Хлеб пшеничный	40	3.1	1.3	20	104	0	№ 564
4	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2	10.6	70	0.98	№ 007/1	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91	1.17	№ 007/1
	Итого:	353	13.2	11.5	30.5	355.2	1.05	0	Итого:	414	15.56	13.3	40.26	437.2	1.24	
Завтрак 2:																
	Компот из замороженной клубники	100	0.3	0	15.7	62	5.8	№ 018	Компот из замороженной клубники	100	0.3	0	15.7	62	5.8	№ 018
Обед:																
1	Свекольник с курицей со сметаной	150/10	2.5	3.4	6.2	164.8	7.2	№ 226/2	Свекольник с курицей со сметаной	200/15	3.3	4.5	8.3	286.4	9.6	№ 226/2
2	Жаркое по домашнему из филе птицы	130	12.2	7.7	16.05	203.4	13.6	№398/2	Жаркое по домашнему из филе птицы	170	16	10.1	21	266	17.85	№ 398/2
3	Компот из кураги	150	0.9	0	23.6	94.5	0.36	№ 023/1	Компот из кураги	180	1.1	0	28.3	113.4	0.43	№ 023/1
4	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№ 563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№ 563
	Итого:	470	17.6	11.5	55.95	514.9	21.16		Итого:	605	23	15.1	71	735.4	27.88	
Полдник:																
1	Блины с джемом****	120/15	6.1	5.76	47.2	268.8	0	№ 589/1	Блины с джемом****	120/30	6.1	5.76	47.2	268.8	0	№ 589/1
2	Чай без сахара	180	0	0	0	0.15	0	№ 004/1	Чай без сахара	200	0	0	0	0.18	0	№ 004/1
	Итого:	315	6.1	5.76	47.2	268.95	0		Итого:	350	6.1	5.76	47.2	269	0	
Рекомендации на ужин родителям:																
	Яичное блюдо	100							Яичное блюдо	120						
	Молочный продукт	150							Молочный продукт	180						
	Свежий фрукт	100							Свежий фрукт	100						
	Итого за день:	1588	37.2	28.7	149.35	1201.05	28.01		Итого за день:	1869	44.96	34.2	174.2	1503.58	34.92	

День 10:

№	Наименование блюда (ясли)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры	Наименование блюда (сад)	Выход блюда	Б	Ж	У	Эн. ценность	Вит. С	№ рецептуры
Завтрак:																
1	Бутерброд с маслом	7/30	2.97	6.74	13.8	121.7	0	№585/2	Бутерброд с маслом	7/30	2.97	6.74	13.8	121.7	0	№585/2
2	Каша манная жидкая с маслом	160/3	2.47	3.94	16.61	111.4	0.72	№ 102/2	Каша манная жидкая с маслом	180/4	2.78	4.43	18.69	125.4	0.81	№ 102/2

	сливочным								сливочным							
3	Чай с сахаром	150	0.15	0	11.2	43.5	0	№001	Чай с сахаром	180	0.18	0	13.4	52.2	0	№001
	Итого:	350	5.59	10.7	41.61	276.6	0.72		Итого:	401	5.93	11.2	45.89	299.3	0.81	
Завтрак 2:																
	Компот из свежих яблок	100	0.1	0	13.4	55	2.7	№006	Компот из свежих яблок	100	0.1	0	13.4	55	2.7	№006
Обед:																
1	Суп картофельный с рыбными консервами	150	5.16	5.04	8.595	100.35	5.46	№ 222/1	Суп картофельный с рыбными консервами	200	6.88	6.72	11.46	133.8	7.28	№ 222/1
2	Митболы из мяса птицы с сыром	60/30	13.8	16.4	13.1	257	0	№ 405	Митболы из мяса птицы с сыром	60/30	13.8	16.4	13.1	257	0	№ 405
3	Каша гречневая рассыпчатая	110	3	3.4	14.6	101	0	№ 104/1	Каша гречневая рассыпчатая	130	3.6	4.1	17.3	121.2	0	№ 104/1
4	Компот из изюма	150	0.45	0	23.5	93	0.22	№ 034	Компот из изюма	180	0.54	0	28.2	111.6	0.26	№ 034
5	Хлеб ржаной	30	1.95	0.38	10.1	52.2	0	№ 563	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	69.6	0	№ 563
	Итого:	530	24.4	25.2	69.895	603.55	5.68		Итого:	640	27.42	27.7	83.46	693.2	7.54	
Полдник:																
1	Макароны, запечённые с яйцом	130	6.69	5.9	19.9	160	0	№ 368/1	Макароны, запечённые с яйцом	150	7.73	6.91	23	185	0	№ 368/1
2	Компот из сухофруктов	150	0.45	0	23.5	93	2.7	№ 003	Компот из сухофруктов	180	0.54	0	28.2	111.6	3.2	№ 003
3	Вафли	25	1.25	1.5	8.5	52.5	0	№ 587	Вафли	25	1.25	1.5	8.5	52.5	0	№ 587
	Итого:	305	8.39	7.4	51.9	305.5	2.7		Итого:	355	9.52	8.41	59.7	349.1	3.2	
Рекомендации на ужин родителям:																
	Крупяное блюдо	100							Крупяное блюдо	120						
	Кисломолочный продукт	150							Кисломолочный продукт	180						
	Свежий фрукт	100							Свежий фрукт	100						
	Итого за день:	1635	38.4	43.3	176.81	1240.65	11.8		Итого за день:	1876	42.97	47.3	202.5	1396.6	14.25	
	ИТОГО:		481	403	1853.4	13432.6	234.3		ИТОГО:		566.1	467	2158	15664.2	283	

1. Для приготовления первых, вторых блюд и гарниров используется йодированная соль.
2. При приготовлении напитков проводится витаминизация (аскорбиновая кислота)
3. Мясо птицы, мясо говядины используется охлажденное.

* - применяем карту «Бутерброд с джемом (или с повидлом)» - № 594
** - Возможна замена на печенье 25гр, технологическая карта № 562/1
*** - применяем карту «Оладьи с джемом (или с повидлом)» 120 гр – № 553/1
**** - применяем карту «Блинчики с джемом (или повидлом)» 120 гр - № 589/1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД №24"**, Зверева Надежда Николаевна,
Заведующий

18.03.26 12:57 (MSK)

Сертификат CBAEA305BD94708B365BFAA3B4922652