

УТВЕРЖДАЮ :



Заведующий МАДОУ ДС № 4

Лысых О.В.

2026г.

**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 3-7 лет

(весенний – летний период)

г.Волчанск

1 День: Понедельник

Неделя: первая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 3 до 7-ми лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша мультизлаковая с маслом сливочным	200	6,4	7,4	29,2	222	№8/4
	Бутерброд (хлеб пшеничный) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Чай с молоком	200	0,8	1	13,5	56	№76
Итого за завтрак		437	8,74	11,86	52,45	356	
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	200	7,62	5,06	10,93	104	№2.10
	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,5	6,4	21,9	263	№65
	Тефтели мясные	80	6,2	7,9	8,2	123	№28
	Соус томатный	50	0,69	1,95	3,09	31	№7
	Компот из сухофруктов	200	0,48	0	23,8	90	№9/a
	Хлеб пшеничный	30	2,34	19,93	5,56	96	№1
	Хлеб ржаной	30	2,34	19,93	5,56	96	№1
		740	24,17	61,17	79,04	803	
Полдник	Булочка "Домашняя"	70	4,9	1,9	20,7	159	№110
	Кисломолочная продукция (снежок)	200	4,35	4,8	6	88,5	№21
Итого за полдник		350	9,25	6,7	26,7	247,5	
Итого за день		1727	42,56	80,13	167,99	1450,5	

2 День: Вторник

Неделя: первая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 3 до 7-ми лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша "Ассорти" молочная с маслом сливочным	200	6	6	28,4	188	№19/4
	Бутерброд (хлеб) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Кофейный напиток с молоком	200	2,88	3	15,25	103	№11.11
Итого за завтрак		437	10,42	12,46	53,4	369	
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	200	6,5	5,3	14,52	191	№41
	Овощи тушеные	150	1,85	3,5	9,11	70	№73
	Бифштекс из мяса	80	15,6	15,2	0,3	201	№274
	Компот из кураги	200	0,936	0	24,264	96,7	№10
	Хлеб пшеничный	30	2,34	19,93	5,56	96	№1
	Хлеб ржаной	30	2,34	19,93	5,56	96	№1
Итого за обед		715	29,566	63,86	59,314	750,7	
Полдник	Ватрушка с повидлом	80	3,82	2,25	37,8	190	№107
	Молоко	200	4,35	3,75	7,2	90,5	№10
Итого за полдник		365	8,17	6	45	280,5	
Итого за день		1617	48,556	82,72	167,514	1444,2	

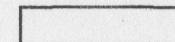
3 День: Среда

Неделя: первая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 3 до 7-ми лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	5,06	7	14,62	145	№68
	Бутерброд (хлеб) с маслом сливочным и сыром	30/4/12	5,06	7,02	14,61	144	№3
	Какао с молоком	200	1	1,08	10,83	90	№15
Итого за завтрак		396	11,12	15,1	40,06	379	
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	200	4,22	6,5	13,7	145	№70
	Печень тушеная в томате	55/40	12,28	7,07	8,57	144,94	№7.19
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	4,5	6,4	25,9	263	№65/2
	Напиток из плодов шиповника	200	0,61	0,25	18,67	99	№398
	Хлеб пшеничный	30	2,34	19,93	5,56	96	№1
	Хлеб ржаной	30	2,34	19,93	5,56	96	№1
Итого за обед		610	26,29	60,08	77,96	843,94	
Полдник	Ватрушка с творогом	80	3,82	2,55	37,8	190	№107
	Чай с сахаром	200	0	0	11,98	43	№13
Итого за полдник		280	3,82	2,55	49,78	233	
Итого за день		1386	41,63	78,13	177,6	1499,94	



4 День: Четверг

Неделя: первая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 3 до 7-ми лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша вязкая рисовая молочная с маслом сливочным	200	5,76	6,63	18,28	199,75	№50
	Бутерброд (хлеб пшеничный) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Чай с лимоном	200	0,04	0	12,13	47	№31
Итого за завтрак		437	7,34	10,09	40,16	324,75	
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
	Суп овощной с зеленым горошком на мясном бульоне со сметаной	200	1,9	6,6	12,2	109	№28
	Пюре картофельное	150	3,05	5,24	18,06	142	№8
	Котлета рыбная	70	19,01	0,67	4,85	94,43	№89
	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,5	8,4	№69
	Фруктовый сок	200	1,2	0,9	21	77	№399
	Хлеб пшеничный	30	2,34	19,93	5,56	96	№1
	Хлеб ржаной	30	2,34	19,93	5,56	96	№1
Итого за обед		740	30,32	53,33	68,73	622,83	
Полдник	Макаронные изделия отварные, запеченные с сыром	150/15	7,88	8,83	35,88	259	№ 85
	Кисель	200	0	0	18	60	№20
Итого за полдник		200	7,88	8,83	53,88	319	
Итого за день		1477	45,94	72,65	172,57	1310,58	

5 День: Пятница

Неделя: первая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 3 до 7-ми лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша манная с маслом сливочным	180	6,21	7,47	25,09	192	№32
	Бутерброд (хлеб пшеничный) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Чай с сахаром	200	0	0	11,98	43	№13
Итого за завтрак		437	7,75	10,93	46,82	313	
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 гороховый на мясном бульоне	200	4,15	6,04	19,67	144	№47
	Гренки (сухарики)	20	3,19	0,49	20,43	103	№34/2
	Суфле из куры с рисом	160	7,88	8,83	35,88	258	№206
	Соус томатный	50	0,69	1,95	3,09	31	№7
	Напитиок Витошка	200	0	0	0	35,4	№10
	Хлеб пшеничный	30	2,34	19,93	5,56	96	№1
	Хлеб ржаной	30	2,34	19,93	5,56	96	№1
Итого за обед		720	20,59	57,17	90,19	763,4	
Полдник	Кондитерские изделия	50	3,8	4,9	37,2	125,1	609
	Чай с сахаром	200	0	0	11,98	43	№13
Итого за полдник		250	3,8	4,9	49,18	168,1	
Итого за день		1507	32,54	73,4	195,99	1288,5	

1 День: Понедельник

Неделя: вторая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 3 до 7-ми лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	6,21	5,28	27,9	184	№168
	Бутерброд (хлеб пшеничный) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Чай с молоком	200	0,8	1	13,5	56	№76
Итого за завтрак		437	8,55	9,74	51,15	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 с томатами в собственном соку	200	8,54	9	21,8	202	№2.23
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	4,5	6,4	25,9	263	№65/2
	Бефстроганов из мяса свинины	80	13,1	12,9	6,5	192	№7
	Компот из сухофруктов	200	0,48	0	23,8	90	№9/a
	Хлеб пшеничный	30	2,34	19,93	5,56	96	№ 1
	Хлеб ржаной	30	2,34	19,93	5,56	96	№ 1
Итого за обед		690	31,3	68,16	89,12	939	
Полдник	Булочка Домашняя	70	5,46	9,39	40,44	357	№469
	Кисломолочная продукция (йогурт)	200	4,35	4,8	6	88,5	№21
Итого за полдник		350	9,81	14,19	46,44	445,5	
Итого за день		1577	50,06	92,49	196,51	1746,5	

2 День: Вторник

Неделя: вторая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 3 до 7-ми лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на			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	200	5,85	5,81	19,99	155	№39
	Бутерброд (хлеб) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Кофейный напиток с молоком	200	2,88	3	15,25	103	№11.11
Итого за завтрак		437	10,27	12,27	44,99	336	
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	200	3,68	7,07	8,58	118	№34
	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,5	6,4	21,9	263	№65
	Котлета мясная	80	9,84	8,02	7,16	139,13	№6
	Соус томатный	50	0,69	1,95	3,09	31	№7
	Компот из кураги	200	0,936	0	24,264	96,7	№10
	Хлеб пшеничный	30	2,34	19,93	5,56	96	№ 1
	Хлеб ржаной	30	2,34	19,93	5,56	96	№ 1
Итого за обед		740	24,326	63,3	76,114	839,83	
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		1517	38,856	78,22	177,804	1444,83	

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 3 до 7-ми лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	7,21	10,01	1,79	156,25	№37
	Бутерброд (хлеб) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Какао с молоком	200	1	1,08	10,83	75	№15
Итого за завтрак		446	9,75	14,55	22,37	309,25	
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	Суп с клецками на мясном бульоне	200	5,16	7,05	18,95	196,8	№57
	Жаркое по-домашнему	180	17,01	15,6	25,68	312,61	№19
	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,5	8,4	№69
	Напиток из плодов шиповника	200	0,61	0,25	18,67	99	№398
	Хлеб пшеничный	30	2,34	19,93	5,56	96	№ 1
	Хлеб ржаной	30	2,34	19,93	5,56	96	№ 1
Итого за обед		700	27,94	62,82	75,92	808,81	
Полдник	Запеканка из творога с молоком сгущенным	120/30	22,91	17,11	38,08	407,43	№22
	Чай с сахаром	200	0	0	11,98	43	№13
Итого за полдник		200	22,91	17,11	50,06	450,43	С
Итого за день		1446	61	94,88	158,15	1612,49	

4 День: Четверг

Неделя: вторая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 3 до 7-ми лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	7,01	8,09	28,39	213	№45
	Бутерброд (хлеб пшеничный) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Чай с лимоном	200	0,04	0	12,13	47	№31
Итого за завтрак		437	8,59	11,55	50,27	338	
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	200	4,15	6,04	19,67	144	№52
	Суфле из рыбы	150	12,81	6,41	3,29	122	№268
	Соус томатный	50	0,69	1,95	3,09	31	№7
	Фруктовый сок	200	1,2	0,9	21	77	№399
	Хлеб пшеничный	30	2,34	19,93	5,56	96	№ 1
	Хлеб ржаной	30	2,34	19,93	5,56	96	№ 1
Итого за обед		660	23,53	55,16	58,17	566	
Полдник	Макаронные изделия отварные, запеченные с сыром	150/15	7,88	8,83	35,88	259	№ 85
	Кисель	200	0	0	18	60	№20
Итого за полдник		200	7,88	8,83	53,88	319	
Итого за день		1397	40,4	75,94	172,12	1267	

5 День:Пятница

Неделя: вторая

Сезон: Весенний - Летний

Возрастная категория: с 3 до 7-ми лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на			Энергетическая ценность	№ тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша вязкая молочная "Рябчик"	200	6,65	7,64	28,15	206,67	№155
	Бутерброд (хлеб пшеничный) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Чай с сахаром	200	0	0	11,98	43	№13
Итого за завтрак		402	8,19	11,1	49,88	327,67	
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	Борщ с свежей капустой, на мясном бульоне со сметаной.	200	3,52	5,98	9,78	117	№5
	Котлета куриная	80	9,84	8,02	7,16	139,13	№6
	Сложный гарнир(картофельное пюре с капустой тушеной)	130	2,7	4,9	27,6	113,5	№440
	Напитиок Витошка	200	0	0	0	35,4	№10
	Хлеб пшеничный	30	2,34	19,93	5,56	96	№ 1
	Хлеб ржаной	30	2,34	19,93	5,56	96	№ 1
Итого за обед		670	20,74	58,76	55,66	597,03	
Полдник	Кондитерские изделия	50	3,8	4,9	37,2	125,1	609
	Чай с сахаром	200	0	0	11,98	43	№13
Итого за полдник		250	3,8	4,9	49,18	168,1	
Итого за день		1422	33,13	75,16	164,52	1136,8	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 370959522156840619817198558524779373269374893858

Владелец Лысых Ольга Викторовна

Действителен с 18.03.2026 по 18.03.2027