УТВЕРЖДАЮ :

Заведующий МАДОУ ДС №4

_____Лысых О.В.

«_2_»_03_____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 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		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
Завтрак	Каша мультизлаковая 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	Рассольник "Ленинградский" на мясном бульоне со сметаной	180	0,97	3,04	6,56	62	№2.10
	Каша гречневая рассыпчатая	120	3	4,27	14,6	175,33	№65
	Тефтели мясные	60	5,9	6,36	7,3	108	№28
	Соус томатный	35	0,48	1,37	2,16	21,7	№7
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0	21,42	81	№9/а
	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		**615**	**13,9**	**41,62**	**60,44**	**576,43**	
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		**1392**	**29,17**	**58,69**	**144,34**	**1122,7**	

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	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
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
	Овощи тушеные	120	1,23	3,04,	8,15	66,1	№73
	Бифштекс из мяса	60	13,4	13,1	0,2	172	№274
	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**	**23,73**	**43,92**	**48,59**	**580,88**	
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**	**41,19**	**60,69**	**148,8**	**1205,88**	

3День: 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	1,08	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	Свекольник	180	3,38	5,2	11,03	116,11	№70
	Печень тушеная в томате	60	7,21	10,01	1,79	125	№7.19
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	120	3,65	3,32	23,25	141	№65/2
	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**	**17,87**	**45,32**	**58,7**	**571,51**	
Полдник	Ватрушка с творогом	80	3,82	2,55	37,8	190	№107
	Чай с сахаром	180	0	0	8,98	30	№13
Итого за полдник		**260**	**3,82**	**2,55**	**46,78**	**220**	
Итого за день		**1291**	**30,62**	**59,9**	**155,41**	**1153,51**	

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	Углеводы		
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 овощной с зеленом горошком на мясном бульоне со сметаной	180	1,4	4,7	8,8	79	№28
	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		**620**	**20,16**	**35,97**	**50,52**	**443,26**	
Полдник	Макаронные изделия отварные, запеченные с сыром	130/10	5,25	5,89	23,92	172,67	№ 85
	Кисель	180	0	0	13,5	46,5	№20
Итого за полдник		**180**	**5,25**	**5,89**	**37,42**	**219,17**	
Итого за день		1267	**31,55**	**51,32**	**136,15**	**963,43**	

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 картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	180	3,32	4,83	15,74	115,2	№52
	Суфле из куры с рисом	140	5,25	5,89	23,92	172,67	№206
	Соус томатный	35	0,48	1,37	2,16	21,7	№7
	Напитиок Витошка	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**	**12,17**	**38,67**	**50,22**	**471,57**	
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**	**22,57**	**53,03**	**143,75**	**922,67**	

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), 300мл							
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	Борщ с свежей капустой, на мясном бульоне со сметаной.	180	2,82	4,79	7,83	93,69	№5
	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/а
	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**	**21,52**	**45,99**	**66,6**	**612,09**	
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**	**36,62**	**62,8**	**157,06**	**1195,36**	

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		
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) 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**	**8,78**	**10,23**	**39,1**	**285,25**	
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	180	4,12	5,63	15,13	139,6	№57
	Каша гречневая рассыпчатая	120	3	4,27	14,6	175,33	№65
	Котлета мясная	60	7,03	5,73	5,11	99,38	№6
	Соус томатный	35	0,48	1,37	2,16	21,7	№7
	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		**615**	**18,53**	**43,58**	**65,62**	**644,99**	
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		**1322**	**31,57**	**56,46**	**161,42**	**1199,24**	

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) с маслом сливочным	30/7	1,54	3,46	9,75	78	№16
	Какао с молоком	180	1	1,08	10,83	75	№15
Итого за завтрак		**371**	**9,75**	**14,55**	**22,37**	**278**	
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 св.капусты, с мясом свинины	180	2,95	4,8	6,87	94,49	№34
	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**	**15,84**	**39,14**	**46,76**	**540,19**	
Полдник	Запеканка из творога с молоком сгущенным	105/15	12,8	11,5	31,13	348	№22
	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**	**38,79**	**65,59**	**119,04**	**1240,19**	

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), 300мл							
Завтрак	Каша пшенная 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 гороховый на мясном бульоне (или мясом куры).	180	3,32	4,83	15,74	115,2	№47
	Гренки (сухарики)	15	2,13	0,33	13,92	68,7	№34/2
	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		**590**	**22,06**	**39,52**	**58,01**	**509**	
Полдник	Макаронные изделия отварные, запеченные с сыром	130/10	5,25	5,89	23,92	172,67	№ 85
	Кисель	180	0	0	13,5	46,5	№20
Итого за полдник		**180**	**5,25**	**5,89**	**37,42**	**219,17**	
Итого за день		**1237**	**34,55**	**55,34**	**145,37**	**1044,92**	

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	Углеводы		
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 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**	**6,53**	**9,19**	**39,84**	**263**	
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 "Рисовый с томатами в собственном соку"	180	7,71	7,32	15,3	166,6	№ 2.23
	Котлета куриная	60	7,03	5,73	5,11	99,38	№6
	Сложный гарнир(картофельное пюре с капустой тушеной)	110	2,3	4,2	23,3	96,1	№440
	Напитиок 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		**570**	**20,16**	**43,83**	**52,11**	**524,08**	
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		**1257**	**30,89**	**58,32**	**147,93**	**986,18**	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 370959522156840619817198558524779373269374893858

Владелец Лысых Ольга Викторовна

Действителен С 18.03.2026 по 18.03.2027