



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 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/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		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 зеленым 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 кури 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/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	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 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 гороховый на мясном бульоне (или мясом курицы).	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	