ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Документ отправлен на официальный сайт: sadovskiyds.obrnizhn.ru
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения:
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САДОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" НИЖНЕГОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
Действителен с: с 13.05.2026, 06:40
Действителен до: до 06.08.2027, 06:40
Ключ подписи: 00F5438550C43CB4E749C5D8A7D4BE0F6A

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Садовский детский сад
«Колокольчик»
_____Г.Д. Калина
Приказ № 94-од от 01.10.2026г.

Основное (организованное) меню на осенний-зимний период для детей от 1.6 до 3 лет МБДОУ Садовский детский сад «Колокольчик» с. Садовое Нижнегорского района Республики Крым

Основное организованное меню для детей от 1.6 до 3-х лет
на осенний-зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1 день Понедельник 1 неделя							
ЗАВТРАК	Суп молочный с манной крупой	150	3,9	3,81	12,31	99,15	94
	Чай с повидлом	150	0,9	0,01	7,81	32	392
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	п/п
	Сыр твердый	10	2,32	2,95	0	36	п/п
Итого за завтрак		355	9,77	14,4	34,92	319,15	
2-й ЗАВТРАК 10.00	Плоды и ягоды свежие яблоко (банан)	100	0,40	0,40	9,8	44	368
Итого за 2-й завтрак		100	0,40	0,40	9,8	44	
ОБЕД	Овощи (свежие) соленый огурец	40	0,32	0	0,68	5,2	п/п
	Суп картофельный с рисовой крупой	180	1,54	2,05	10,3	65,88	80
	Рыба припущенная	60/5	10,45	1,42	0,16	55	245
	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,84	321
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	147	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64	399
Итого за обед		590	18,08	7,69	57,31	485,92	
ПОЛДНИК	Драчена	60/5	6,42	8,77	3,96	120	228
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	147	п/п
	Икра кабачковая	40	0,4	2,8	0,4	38,8	п/п
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	397
Итого за полдник		275	11,55	14,49	26,98	394,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1320	39,8	36,98	129,01	1243,87	

Основное организованное меню для детей от 1.6 до 3-х лет
на осенний-зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
2 день Вторник 1 неделя							
ЗАВТРАК	Суп молочный с овсяной крупой	150	4,44	4,45	13,45	111,6	94
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	391,392
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	п/п
Итого за завтрак		345	7,13	12,09	35,24	291,6	
2-й ЗАВТРАК 10.00	Плоды и ягоды свежие яблоко (банан)	100	0,40	0,40	9,8	44	368
Итого за 2-й завтрак		100	0,40	0,40	9,8	44	
ОБЕД	Овощи (свежие) соленый помидор	40	0,44	0	0,66	5,2	п/п
	Борщ вегетарианский	180	1,97	4,28	9,85	85,86	59
	Каша вязкая пшеничная	120	3,2	3,39	19,6	121,96	314
	Гуляш из отварного мяса	120	15,42	12,41	3,96	189	277
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	18,83	77,01	376
Итого за обед		645	23,93	20,48	67,57	565,03	
ПОЛДНИК	Макароны отварные с сыром	120	7,43	8,0	18,17	174,4	204,206
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	396
Итого за полдник		270	10,58	10,72	31,13	263,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1360	42,04	43,69	143,74	1164,03	

Основное организованное меню для детей от 1.6 до 3-х лет
на осенний-зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
3 день Среда 1 неделя							
ЗАВТРАК	Суп молочный с пшённой крупой	150	3,61	3,81	12,62	99,3	94
	Чай с повидлом	150	0,9	0,01	7,81	32	392
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	п/п
Итого за завтрак		345	7,16	11,45	35,23	283,3	
2-й ЗАВТРАК 10.00	Ряженка	100	2,9	3,2	4,1	57	401
	Печенье	20	1,5	3,6	13,6	96	п/п
Итого за 2-й завтрак		120	4,4	6,8	17,7	153	
ОБЕД	Салат из капусты	30	0,42	1,52	2,59	25,77	20
	Суп картофельный с чечевицей	180	4,89	3,83	12,9	105,66	81
	Плов из птицы	160	15,12	12,76	26,76	282	304
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	35,2	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	61	398
Итого за обед		550	23,12	18,65	87,38	548,63	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	50/15	8,77	6,03	8,58	124	237
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	397
Итого за полдник		215	11,92	8,75	21,54	213	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1230	46,6	45,65	161,85	1197,93	

Основное организованное меню для детей от 1.6 до 3-х лет
на осенний-зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
4 день **Четверг 1 неделя**							
ЗАВТРАК	Суп молочный с рисовой крупой	150	4,35	5,47	13,93	110,1	94
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	391,392
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Масло сливочное	10	2,32	2,95	0	36	п/п
Итого за завтрак		345	9,28	8,81	35,59	260,1	
2-й ЗАВТРАК 10.00	Сок фруктовый	100	0,56	0	12,36	51	399
	Печенье	20	1,5	3,6	13,6	96	п/п
Итого за 2-й завтрак		120	20,6	3,6	25,96	147	
ОБЕД	Салат из свеклы	40	0,57	2,44	3,35	37,55	33
	Рассольник Ленинградский	180	1,68	4,09	13,27	96,6	76
	Каша вязкая пшеничная	120	3,2	3,39	19,6	121,96	314
	Бефстроганов из товарного мяса	120	15,51	12,43	3,29	187	278
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	35,2	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	18,83	77,01	376
Итого за обед		640	2,47	22,7	70,59	816,52	
ПОЛДНИК							
	Булочка Ванильная	60	4,74	4,87	32,69	193,2	467
	Ряженка	150	4,35	4,8	6,15	85,5	401
Итого за полдник		210	9,09	9,67	38,84	278,7	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1345	41,44	44,78	170,98	1673,3	

Основное организованное меню для детей от 1.6 до 3-х лет
на осенний-зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
5 день Пятница 1 неделя							
ЗАВТРАК	Суп молочный с гречневой крупой	150	4,48	4,11	12,81	106,2	94
	Чай с повидлом	150	0,9	0,01	7,81	32	392
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Масло сливочное	10	2,32	2,95	0	36	п/п
Итого за завтрак		345	10,27	7,45	35,29	260,2	
2-й ЗАВТРАК 10.00	Плоды и ягоды свежие яблоко (банан)	100	0,40	0,40	9,8	44	368
Итого за 2-й завтрак		100	0,40	0,40	9,8	44	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	30	0,42	1,52	2,59	25,77	20
	Борщ вегетарианский	180	1,97	4,28	9,85	85,86	59
	Макароны отварные	120	4,41	3,61	21,15	134,76	317
	Биточки рубленые	60	9,32	7,07	9,64	139	282
	Соус сметанный с луком	20	0,8	0,9	1,19	14,82	354
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	17,91	73,2	372
Итого за обед		595	19,61	17,88	77,0	559,41	
ПОЛДНИК	Сырники из творога	50/15	9,30	6,33	5,38	116	231
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	391,394
	Печенье	20	1,5	3,6	13,6	96	п/п
Итого за полдник		235	13,45	12,26	30,29	289	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1275	43,73	37,99	152,38	1152,61	

Основное организованное меню для детей от 1.6 до 3-х лет
на осенний-зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
6 день Понедельник 2 неделя							
ЗАВТРАК	Суп молочный с манной крупой	150	3,9	3,81	12,31	99,15	94
	Чай с повидлом	150	0,9	0,01	7,81	32	392
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	п/п
	Сыр твердый	10	2,32	2,95	0	36	п/п
Итого за завтрак		355	9,77	14,4	34,92	319,15	
2-й ЗАВТРАК 10.00	Плоды и ягоды свежие яблоко (банан)	100	0,40	0,40	9,8	44	368
Итого за 2-й завтрак		100	0,40	0,40	9,8	44	
ОБЕД	Овощи (свежие) соленый помидор	40	0,44	0	0,66	5,2	п/п
	Суп картофельный с гречневой крупой	180	1,57	2,05	10,3	65,88	80
	Пудинг рыбный запеченный	75	10,03	6,66	8,07	131,87	269
	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,84	321
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64	399
Итого за обед		600	17,81	12,56	61,2	462,79	
ПОЛДНИК	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63	213
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Икра кабачковая	40	0,4	2,8	0,4	38,8	п/п
	Печенье	20	1,5	3,6	13,6	96	п/п
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	396
Итого за полдник		270	11,71	13,92	36,9	33,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1325	39,69	41,28	142,82	859,74	

Основное организованное меню для детей от 1.6 до 3-х лет
на осенний-зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
7 день Вторник 2 неделя							
ЗАВТРАК	Суп молочный с пшенной крупой	150	4,35	5,47	13,93	110,1	94
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	391,392
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	п/п
Итого за завтрак		345	7,04	13,11	35,72	290,1	
2-й ЗАВТРАК 10.00	Кефир	100	4,65	3,0	5,8	44	п/п
	Печенье	20	1,5	3,6	13,6	96	п/п
Итого за 2-й завтрак		120	6,15	6,6	19,4	140	
ОБЕД							
	Суп с макаронными изделиями	180	1,94	2,04	12,34	75,42	82
	Рагу из овощей	105	1,22	1,79	7,51	100	137
	Шницель рубленый	60	9,32	7,07	9,64	139	282
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	18,83	77,01	376
Итого за обед		530	15,38	11,3	62,99	477,43	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые (отварные)	60/5	8,87	4,45	13,94	131	230
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	397
Итого за полдник		215	12,02	7,17	26,9	220	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1210	40,59	38,18	145,01	1127,53	

Основное организованное меню для детей от 1.6 до 3-х лет
на осенний-осенний период

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
8 день Среда 2 неделя							
ЗАВТРАК	Суп молочный с ячневой крупой	150	4,48	4,11	12,81	106,2	94
	Чай с повидлом	150	0,9	0,01	7,81	32	392
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	п/п
Итого за завтрак		345	8,03	11,75	34,42	290,2	
2-й ЗАВТРАК 10.00	Плоды и ягоды свежие яблоко (банан)	100	0,40	0,40	9,8	44	368
Итого за 2-й завтрак		100	0,40	0,40	9,8	44	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	30	0,42	1,52	2,59	25,77	20
	Суп с рыбными консервами	180	6,19	6,05	10,32	120,4	87
	Каша вязкая гречневая	120	3,66	4,0	16,41	116,4	314
	Котлета рубленая из птицы	60	9,63	8,68	9,98	157	305
	Соус сметанный с луком	20	0,8	0,9	1,16	14,82	354
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	35,2	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Кисель из сока натурального	150	0,43	0,04	22,68	92,8	382
Итого за обед		590	23,21	21,52	75,39	601,39	
ПОЛДНИК	Блинчики со сгущенным молоком	100/20	3,26	1,85	20,23	111	447
	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	400
Итого за полдник		270	7,84	5,93	27,81	196	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1305	39,48	39,6	147,42	1131,59	

Основное организованное меню для детей от 1.6 до 3-х лет
на осенний-зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
9 день Четверг 2 неделя							
ЗАВТРАК	Суп молочный с овсяной крупой	150	4,44	4,45	13,45	111,16	94
	Чай с повидлом	150	0,9	0,01	7,81	32	392
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	п/п
Итого за завтрак		345	7,99	12,09	36,06	295,16	
2-й ЗАВТРАК 10.00	Сок фруктовый	100	0,56	0	12,36	51	399
	Печенье	20	1,5	3,6	13,6	96	п/п
Итого за 2-й завтрак		120	2,06	3,6	25,96	147	
ОБЕД	Салат из свеклы	40	0,57	2,44	3,35	37,55	33
	Суп картофельный с гречневой крупой	180	1,57	2,05	10,3	65,88	80
	Запеканка из печени с рисом	155	18,59	7,4	20,51	223	294
	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,84	321
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	61	398
Итого за обед		680	26,26	16,32	79,40	583,27	
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	60/5	5,73	11,04	1,10	127	215
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	35,2	п/п
	Печенье	20	1,5	3,6	13,6	96	п/п
	Икра кабачковая	40	0,4	2,8	0,4	38,8	п/п
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	391,394
Итого за полдник		290	11,47	19,92	33,65	374	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1435	47,78	51,93	175,07	1399,43	

Основное организованное меню для детей от 1.6 до 3-х лет
на осенний-зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
10 день Пятница 2 неделя							
ЗАВТРАК							
	Суп молочный с рисовой крупой	150	3,61	3,81	12,62	99,3	94
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	391,392
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	п/п
Итого за завтрак		345	7,13	12,09	35,15	291,16	
2-й ЗАВТРАК 10.00	Ряженка	100	2,9	3,2	4,1	57	401
	Печенье	20	1,5	3,6	13,6	96	п/п
Итого за 2-й завтрак		120	4,4	6,8	17,7	153	
ОБЕД	Овощи (свежие) соленый помидор	40	0,44	0	0,66	5,2	п/п
	Борщ вегетарианский	180	1,97	4,28	9,85	85,86	59
	Макаронник с мясом	125	13,65	8,75	25,04	234	204,292
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	п/п
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	39	п/п
	Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64	399
Итого за обед		530	19,38	13,41	75,88	475,06	
ПОЛДНИК	Пирожок из дрожжевого теста	60	3,5	3,75	34,77	187	454
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	396
Итого за полдник		210	6,65	6,47	47,73	276	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1205	37,56	38,77	176,46	1195,22	
ИТОГО З А ПЕРИОД 10 дней:		23010	418,71	418,85	1544,74	12145,25	