

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«РАЗДОЛЬНЕНСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №5 «СКАЗКА» РАЗДОЛЬНЕНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
(МБДОУ «РАЗДОЛЬНЕНСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №5 «СКАЗКА»)

МЕНЮ

ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Весенний период

2026год.

ПТГ. Раздольное

МЕНЮ приготавливаемых блюд Весенний период 2026г.

«УТВЕРЖДАЮ»
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ
«Раздольненский детский сад
№5 «Сказка»
Л.А. Семеновская
«*Л.А. Семеновская*» 2026 г.

№	Наименование блюд	1-3 лет		Выход, г	Пищевые вещества						Минеральные вещества			Витамины мг	
		3-7 лет			Белки, г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	Са	Fe	В ₁	№ рецепт ур	С		
1	1 ДЕНЬ			3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
	2														
Завтрак															
1	Молочная манная каша			150	4,67	4,86	20,94	146	9,2	2,48	0,11		-		
2	Чай с сахаром			200	6,21	5,28	27,9	184	12,1	3,3	0,15		-		
				150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00		0,02		
3	Хлеб пшеничный			180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00		0,03		
				10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01		-		
				20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02		-		
4	Хлеб ржаной			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-		
				10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-		
5	Масло сливочное (порциями)			6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03		-		
				8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06		-		
6	Сыр			5	1,16	1,47	-	18,0	44,0	0,07	0,002		0,03		
				8	2,32	2,95	-	36,0	88,0	0,15	0,005		0,07		
ИТОГО:					8,7	12,43	49,23	258,72	115,87	1,48	0,085		0,08		
					11,89	16,81	72,34	337,97	127,17	2,19	0,135		0,1		

№ эпитетик													
1	Сок	100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00			
		100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00			
	ИТОГО:		0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00			
Обед			0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00			
1	Суп овощной	150	3,98	3,11	9,26	81,00	17,40	0,88	0,08	6,72			
2	Виточки	200	6,64	5,18	15,44	139	25,00	1,47	0,13	11,2			
3	Рис отварной	60	6,79	9,2	7,2	139,15	8,47	0,65	0,06	0,02			
4	Компот	70	7,99	10,83	8,55	163,7	9,97	0,76	0,07	0,03			
5	Салат из тушеной капусты	80	3,67	3,01	17,63	112	3,24	0,73	0,03	0,03			
6	Хлеб пшеничный	100	5,5	4,57	26,44	168	4,86	1,09	0,04	-			
7	Хлеб ржаной	150	0,75	0,00	19,05	79	30,0	0,36	0,03	6,00			
		200	0,90	0,00	22,86	95	36,00	0,45	0,04	7,20			
		40	0,6	1,8	2,8	30	-	-	-	4,37			
		60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-	6,55			
		20	1,42	0,22	9,28	45,8	4,00	0,34	0,02	-			
		45	3,19	0,49	20,43	103	9	0,76	0,045	-			
		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01	-			
		30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045	-			
	ИТОГО:		24,77	20,87	66,8	634,85	194,85	2,53	0,2	13,11			
			35,15	24,31	101,24	772,95	250,65	4,21	0,35	18,84			
Полдник													
1	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	189,6	0,16	0,06	2,05			
2	Слоба	180	5,48	4,88	9,07	102	226,8	0,19	0,08	2,46			
		50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	-			
		50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	-			
	ИТОГО:		8,22	10,34	34,54	264	203,3	0,81	0,12	2,05			
			9,12	11,14	36,03	281	240,5	0,84	0,14	2,46			
	ВСЕГО за 1 день:		48,47	53,52	160,37	1202	558	8,35	0,44	25,27			
			66,13	66,52	219,41	1570	673	11,48	0,79	31,43			

Составила ст.м/с.



Адживела Э.Ф.

**МЕНЮ приготавливаемых блюд
Весенний период
2026г.**


«УТВЕРЖДАЮ»
 Заведующий МБДОУ «Раздольненский
 детский сад №5 «Сказка»
М.А. Семенова
 Д.А. Семенова
 2026 г.

№	Наименование блюда	1-3 лет		Выход, г	Пищевые вещества						Минеральные вещества			Витамины мг	
		3-7 лет			Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	Са	Fe	B ₁	№ рецеп тур	C		
1				3	4	5	6	7	8	9	10			12	
2 ДЕНЬ															
Завтрак															
1	Каша гречневая молочная			150	4,67	4,86	20,94	146	9,2	2,48	0,11			-	
				200	6,21	5,28	27,9	184	12,1	3,3	0,15			-	
2	Чай с сахаром			150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00			0,02	
				180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00			0,03	
3	Хлеб пшеничный			10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01			-	
				20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02			-	
4	Хлеб ржаной			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01			-	
				10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01			-	
5	Масло сливочное (порциями)			6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03			-	
				8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06			-	
	ИТОГО:				11,13	14,81	47,2	153,92	160,67	3,67	0,17			0,13	
					15,9	20,97	69,67	380,07	216,67	5,19	0,25			0,17	

2

**МЕНЮ приготавливаемых блюд
Весенний период - 2026 г.**

«УТВЕРЖДАЮ»
 ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ «Раздольненский
 детский сад №5 «Сказка»
 И.А. Семеновская
 «*Ирина*» 2026 г.

№	Наименование блюда	1-3 лет		Выход, г	Пищевые вещества						Минеральные вещества					Витамины мг	
		3-7 лет	лет		Белки, г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. ккал	Са	Fe	В ₁	№ рецептуры	С				
1	2			3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
3 ДЕНЬ																	
Завтрак																	
1	Каша пшениная молочная			150	4,67	4,86	20,94	146	9,2	2,48	0,11			-			
				200	6,21	5,28	27,9	184	12,1	3,3	0,15			-			
2	Чай с сахаром			150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00			0,02			
				180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00			0,03			
3	Хлеб пшеничный			10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01			-			
				20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02			-			
4	Хлеб ржаной			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01			-			
				10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01			-			
5	Масло сливочное (порциями)			6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03			-			
				8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06			-			
6	Сыр			5	1,16	1,47	-	18,0	44,0	0,07	0,002			0,03			
				8	2,32	2,95	-	36,0	88,0	0,15	0,005			0,07			
	ИТОГО:				9,97	13,33	47,23	263,72	116,67	3,62	0,165			0,09			
					13,58	18,02	69,67	344,07	128,67	5,04	0,245			0,1			
2 завтрак																	

1	Сок	100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,
		100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,
	ИТОГО:		0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01	7,0
			0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,
Обед										
1	Суп фасолевый	150	1,15	3,8	7,47	62,49	36,12	0,78	0,07	7,4
		200	1,92	6,33	10,05	104,12	60,2	1,3	0,12	12,
2	Каша гречневая	80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09	12,
		100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13	18,
3	Гуляш	60	8,93	6,74	8,97	132	10,6	0,89	0,05	18,
		70	11,92	8,80	11,64	173	14,0	1,18	0,07	18,
4	Салат из тушеной свеклы	40	0,6	1,8	2,8	30	-	-	-	4,37
		60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-	6,55
5	Кисель	150	0,12	0,12	17,91	73,2	10,86	0,7	0,007	1,2
		200	0,16	0,16	23,88	97,6	14,48	0,94	0,01	1,7
6	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,22	9,28	45,8	4,00	0,34	0,02	1,7
		45	3,19	0,49	20,43	103	9	0,76	0,045	1,7
7	Хлеб ржаной	10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01	1,7
		30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045	1,7
8	ИТОГО:		17,98	18,02	66,97	496,79	85,47	3,49	0,14	15,
			27,06	26,23	105,84	772,92	135,33	5,68	0,27	21,
Подшик										
1	Ряженка	150	4,35	3,75	6,3	76	186	0,15	0,04	0,4
		180	5,22	4,5	7,56	92	232	0,18	0,05	0,5
2	Сдоба	70	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	0,5
		80	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	0,5
	ИТОГО:		11,77	5,33	48	287	234,3	1,31	0,17	0,6
			12,64	6,08	49,26	303	280,3	1,34	0,18	0,7
	ВСЕГО за 3 день:		47,77	47,46	172	1320	481,11	14,14	0,67	25,
			64,94	87,91	234,57	1772	600,97	19,15	0,97	32,

Составила ст.м/с

 Адживела Э. Ф.

«Утверждено»
 Заведующий МБДОУ
 «Раздольненский детский
 сад №5 «Сказка»
 Д.А. Семеновкова
 «М» 2026 г.



МЕНЮ приготавливаемых блюд
 Весенний период
 2026г.

№	Наименование блюд	1-3 лет		Выход, г	Пищевые вещества						Минеральные вещества				Витамины мг	
		3-7 лет	лет		Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	Са	Fe	B ₁	№ рецепт ур	С			
4 ДЕНЬ																
1				3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
Завтрак																
1	Каша рисовая молочная			150	4,09	6,85	23,39	169,00	5,9	0,20	0,03					
				200	5,5	8,77	29,27	213,0	7,8	0,26	0,04					
2	Чай с сахаром			150	1,69	1,47	25,2	120,37	68,62	1,12	0,03					1,12
				180	2,03	1,76	30,24	144,45	82,35	1,35	0,03					1,35
3	Хлеб пшеничный			10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01					
				20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02					
4	Хлеб ржаной			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01					
				10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01					
5	Масло сливочное (порциями)			6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03					
				8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06					
	ИТОГО:				8,72	13,83	67,89	343,09	85,99	2,18	0,11					1,12
					12,52	20,3	91,29	441,52	108,72	2,92	0,16					1,35
2 завтрак																
1	Сок			100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03					10,00
				100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03					10,00

	ИТОГО:				0,75	0,00	15,15	64	10,5	2,10	0,02	3,00
Обед					0,75	0,00	18,18	76	12,6	2,52	0,02	3,60
1	Помидоры консервированные	30	0,18	-	0,33	2,1	6,6	0,33	-	-	-	-
		30	0,18	-	0,33	2,1	6,6	0,33	-	-	-	-
2	Рассольник	150	1,04	2,93	5,09	35	25,99	0,47	0,034	0,034	0,034	11,07
		200	1,74	4,88	9,21	85	43,32	0,79	0,057	0,057	0,057	18,45
3	Котлеты рыбные	70	5,78	4,66	10,34	106,37	16,06	0,35	0,03	0,03	0,03	0,64
		80	6,8	5,84	12,16	125,14	18,83	0,41	0,04	0,04	0,04	0,75
4	Картофельное пюре	120	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09	0,09	0,09	12,1
		130	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13	0,13	0,13	18,15
5	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,015	20,82	84,75	23,86	0,93	0,0015	0,0015	0,0015	0,30
		180	0,40	0,018	24,98	101,7	28,63	1,12	0,0018	0,0018	0,0018	0,36
6	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,22	9,28	45,8	4,00	0,34	0,02	0,02	0,02	-
		45	3,19	0,49	20,43	103	9	0,76	0,045	0,045	0,045	-
7	Хлеб ржаной	10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01	0,01	0,01	-
		30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045	0,045	0,045	-
	ИТОГО:		11,9	13,57	66,92	422,78	111,92	3,49	0,19	0,19	0,19	27,91
			17,6	20,03	105,69	673,38	167,14	5,47	0,33	0,33	0,33	43,41
Подник												
2	Омлет	65	5,73	11,0	1,1	127,0	46,4	1,18	0,04	0,04	0,04	0,1
		85	7,52	13,4	1,51	157,0	62,8	1,54	0,05	0,05	0,05	0,15
2	Какао с молоком	150	1,69	1,47	25,2	120,37	68,62	1,12	0,03	0,03	0,03	1,12
		180	2,03	1,76	30,24	144,45	82,35	1,35	0,03	0,03	0,03	1,35
	ИТОГО:		18,24	11,99	95,03	560	187,82	2,53	0,22	0,22	0,22	1,32
			18,26	12	98,03	572	189,72	2,62	0,22	0,22	0,22	1,33
	ВСЕГО за 4 день:		39,61	39,39	244,99	1390	396,23	10,3	0,54	0,54	0,54	33,35
			49,28	52,33	313,19	1763	478,18	13,53	0,73	0,73	0,73	49,69

Составила ст.м.с.



Адживела Э.Ф.

«УТВЕРЖДАЮ»
 Заведующий МБДОУ «Раздольненский
 детский сад №5 «Сказка»
 Д.А. Семеновкова
 «*Ирина*» 2026 г.



МЕНЮ приготавливаемых блюд
 Весенний период
 2026г.

№	Наименование блюд	1-3 лет		Выход, г	Пищевые вещества						Минеральные вещества				Витамины мг	
		лет 3-7	лет		Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	Са	Fe	В ₁	№ рецепт ур	С			
1	2			3	4	5	6	7	8	9	10			12		
5 ДЕНЬ																
Завтрак																
1	Каша овсяная молочная			150	4,3	3,5	14,12	108	121,2	0,38	0,064			0,66		
				200	6,2	5,28	27,09	181	202	0,63	0,107			1,13		
2	Чай с сахаром			150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00			0,02		
				180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00			0,03		
3	Хлеб пшеничный			10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01			-		
				20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02			-		
4	Хлеб ржаной			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01			-		
				10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01			-		
5	Масло сливочное (порциями)			6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03			-		
				8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06			-		
6	Сыр			5	1,16	1,47	-	18,0	44,0	0,07	0,002			0,03		
				8	2,32	2,95	-	36,0	88,0	0,15	0,005			0,07		
	ИТОГО:				7,28	9,02	40,41	189,72	140,67	1,37	0,114			0,68		
					12,23	16,29	65,31	305,07	230,57	2,22	0,197			1,16		
2 завтрак																

1	Фрукты	80	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01	7,00
		100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
	ИТОГО:		0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01	7,00
Обед			0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
1	Борщ	150	3,98	3,11	9,26	81,00	17,40	0,88	0,08	6,72
		200	6,64	5,18	15,44	139	25,00	1,47	0,13	11,2
2	Плов рисовый с мясом	120	3,13	5,56	14,38	120	85	1,22	0,05	24,99
		130	3,98	7,42	18,98	158	111,6	1,5	0,06	32,74
3	Отурцы консервированные	30	0,18	-	0,33	2,1	6,6	0,33	-	-
		30	0,18	-	0,33	2,1	6,6	0,33	-	-
4	Кисель	150	0,33	0,015	20,82	84,75	23,86	0,93	0,0015	0,30
		200	0,40	0,018	24,98	101,7	28,63	1,12	0,0018	0,36
5	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,22	9,28	45,8	4,00	0,34	0,02	-
		45	3,19	0,49	20,43	103	9	0,76	0,045	-
6	Хлеб ржаной	10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01	-
		30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045	-
	ИТОГО:		21,27	21,54	46,51	493,15	68,55	3,57	0,15	6,81
Подник			31,13	28,5	75,35	724,96	97,72	5,4	0,23	9,4
1	Снежок	150	0,75	0,00	19,05	79	30,0	0,36	0,03	6,00
		180	0,90	0,00	22,86	95	36,00	0,45	0,04	7,20
2	Кондитерские изделия	50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	-
		50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	-
	ИТОГО:		21,79	14,46	39,63	375	207,6	1,32	0,1	6,28
			27,21	18,09	48,6	467	257,1	1,5	0,13	7,56
	ВСЕГО за 5 день:		50,74	45,42	136,35	1240	432,82	8,46	0,39	23,77
			70,97	62,92	199,06	1541	601,39	11,32	0,58	28,12

Составила ст.м/с



Адживела Э.Ф.

МЕНЮ приготавливаемых блюд Весенний период 2026г.


«УТВЕРЖДАЮ»
ЗАВЕДУЮЩИЙ МЕДОУ
«Раздольненский детский сад
№5 «Сказка»
Матвей Д.А. Семенов
«И.В. Старик» 2026 г.

№	Наименование блюд	1-3 лет		Выход, г	Пищевые вещества						Минеральные вещества		Витаминны мг	
		лет	3-7 лет		Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен-ность, ккал	Са	Fe	В1	№ рецепту р	С	
1	2			3	4	5	6	7	8	9	10		12	
6 ДЕНЬ														
Завтрак														
1	Молочная манная каша			150	4,67	4,86	20,94	146	9,2	2,48	0,11		-	
				200	6,21	5,28	27,9	184	12,1	3,3	0,15		-	
2	Чай			150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00		0,02	
				180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00		0,03	
3	Хлеб пшеничный			10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01		-	
				20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02		-	
4	Хлеб ржаной			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-	
				10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-	
5	Масло сливочное (порциями)			6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03		-	
				8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06		-	
6	Сыр			5	1,16	1,47	-	18,0	44,0	0,07	0,002		0,03	
				8	2,32	2,95	-	36,0	88,0	0,15	0,005		0,07	
ИТОГО:					8,7	12,43	49,23	258,72	115,87	1,48	0,085		0,09	
2 завтрак					11,89	16,81	72,34	337,97	127,17	2,19	0,135		0,1	

1	Сок	100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
	ИТОГО:	100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
Обед										
1	Суп рыбный	150	3,98	3,11	9,26	81,00	17,40	0,88	0,08	
2	Каша гречневая	200	6,64	5,18	15,44	139	25,00	1,47	0,13	6,72
3	Бефстроганов	80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09	11,2
4	Компот	100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13	12,1
5	Салат из тушеной капусты	60	6,79	9,2	7,2	139,15	8,47	0,65	0,06	18,15
6	Хлеб пшеничный	70	7,99	10,83	8,55	163,7	9,97	0,76	0,07	0,02
7	Хлеб ржаной	150	0,75	0,00	19,05	79	30,0	0,36	0,03	0,03
	ИТОГО:	180	0,90	0,00	22,86	95	36,00	0,45	0,04	6,00
		40	0,6	1,8	2,8	30	-	-	-	7,20
		60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-	4,37
		20	1,42	0,22	9,28	45,8	4,00	0,34	0,02	6,55
		45	3,19	0,49	20,43	103	9	0,76	0,045	-
		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01	-
		30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045	-
	ИТОГО:		24,77	20,87	66,8	634,85	194,85	2,53	0,2	13,11
			35,15	24,31	101,24	772,95	250,65	4,21	0,35	18,84
Полдник										
1	Молоко	150	4,58	4,08	7,58	85	189,6	0,16	0,06	
2	Сдоба	180	5,48	4,88	9,07	102	226,8	0,19	0,08	2,05
	ИТОГО:	50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	2,46
		50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	-
			8,22	10,34	34,54	264	203,3	0,81	0,12	2,05
			9,12	11,14	36,03	281	240,5	0,84	0,14	2,46
	ВСЕГО за 6 дней:		48,47	53,52	160,37	1202	558	8,35	0,44	25,27
			66,13	66,52	219,41	1436	673	11,48	0,79	31,43

Составила ст. м.с.  Аджикина Э.Ф.

**МЕНЮ приготавливаемых блюд
Весенний период
2026 г.**


«УТВЕРЖАЮ»
 Заведующий МБДОУ «Раздольненский
 детский сад №5 «Сажка»
 Д.А. Семенова
 2026 г.

№	Наименование блюда	1-3 лет		Выход, г	Пищевые вещества						Минеральные вещества			Витамины мг	
		3-7 лет	лет		Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	Са	Fe	В ₁	№ рецепт ур	С		
1	2			3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
7 ДЕНЬ															
Завтрак															
1	Каша пшениная			150	2,32	3,96	24,08	14,2	4,5	0,34	0,02		-		
				200	3,09	4,07	32,09	177,0	5,7	0,45	0,03		-		
2	Чай с сахаром			150	1,69	1,47	25,2	120,37	68,62	1,12	0,03		1,12		
				180	2,03	1,76	30,24	144,45	82,35	1,35	0,03		1,35		
3	Хлеб пшеничный			10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01		-		
				20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02		-		
4	Хлеб ржаной			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-		
				10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-		
5	Масло сливочное (порциями)			6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03		-		
				8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06		-		
	ИТОГО:				10,43	15,37	68,58	242,29	216,59	2,46	0,11		1,23		
					14,75	21,5	94,11	477,57	282,62	3,41	0,16		1,49		
2 завтрак															

	Фрукты	70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01	7,00
	ИТОГО:	75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
	Обед		0,75	0,00	15,15	64	10,5	2,10	0,02	3,00
			0,75	0,00	18,18	76	12,6	2,52	0,02	3,60
1	Суп гороховый	150	2,13	5,89	14,96	121,5	51,8	1,42	0,05	
2	Жаркое по-домашнему	200	3,54	9,81	24,94	202,5	86,34	2,35	0,095	10,99
		120	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09	18,32
		130	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13	12,1
3	Огурцы консервированные	30	0,18	-	0,33	2,1	6,6	0,33	-	18,15
		30	0,18	-	0,33	2,1	6,6	0,33	-	
4	Кисель	150	0,12	0,12	17,91	73,2	10,86	0,7	0,007	-
		200	0,16	0,16	23,88	97,6	14,48	0,94	0,01	1,29
5	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,22	9,28	45,8	4,00	0,34	0,02	1,72
		45	3,19	0,49	20,43	103	9	0,76	0,045	-
6	Хлеб ржаной	10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01	-
		30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045	-
	ИТОГО:		15,72	18,72	72,77	520,76	119,75	4,42	0,237	37,36
			24,27	28,06	120,02	830,74	191,91	7,13	0,415	57,66
Подлик										
1	Творожная запеканка	80	17,13	15,17	17,71	276	109,2	0,67	0,05	
2	Сгущенное молоко	110	21,89	16,03	22,6	321	140,6	0,85	0,08	0,23
		15	0,8	1,2	0,7	58,6	58,0	0,02	0,007	0,28
3	Чай	20	1,4	1,6	1,1	65,6	61,0	0,04	0,01	0,1
		150	4,58	4,08	7,58	85	189,6	0,16	0,06	0,2
	ИТОГО:	180	5,48	4,88	9,07	102	226,8	0,19	0,08	2,05
			8,22	10,34	34,54	264	203,3	0,81	0,12	2,05
			9,12	11,14	36,03	281	240,5	0,84	0,14	2,46
	ВСЕГО за 7 день:		35,12	44,43	191,04	1252	550,14	9,79	0,487	43,64
			49,04	60,7	268,34	1665	922,58	13,9	0,735	65,21

Составила ст.м/с



Адживела Э.Ф.

МЕНЮ приготавливаемых блюд Весенний период 2026 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ «Раздольненский
детский сад №5 «Сказка»
Иванова И.А. Семёнова
«*18*» *марта* 2026 г.



№	Наименование блюда	1-3 лет		Выход, г	Пищевые вещества						Минеральные вещества					Витамины мг		
		3-7 лет	лст		Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	Са	Fe	В ₁	№ рецептур	С					
8 ДЕНЬ																		
1				3	4	5	6	7	8	9	10							12
Завтрак																		
1	Каша овсяная молочная			150	4,09	6,85	23,39	169,00	5,9	0,20	0,03							-
				200	5,5	8,77	29,27	213,0	7,8	0,26	0,04							-
2	Чай с сахаром			150	2,34	2,00	10,63	70	94,3	0,10	0,03							0,98
				180	2,85	2,41	14,36	91	113,2	0,12	0,04							1,17
3	Хлеб пшеничный			10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01							-
				20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02							-
4	Хлеб ржаной			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01							-
				10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01							-
5	Масло сливочное (порциями)			6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03							-
				8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06							-
6	Сыр			5	1,16	1,47	-	18,0	44,0	0,07	0,002							0,03
				8	2,32	2,95	-	36,0	88,0	0,15	0,005							0,07
ИТОГО:					8,58	16,85	51,17	259,72	133,77	1,5	0,14							0,98
					12,23	16,38	74,44	344,07	168,77	2,23	0,21							1,17
2 завтрак																		
	Фрукты			70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01							7,00

1		75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
	ИТОГО:		0,75	0,00	15,15	64	10,5	2,10	0,02	3,00
Обед			0,75	0,00	22,86	95	36,00	0,45	0,04	7,20
1	Свекольник	150	3,29	3,07	9,79	81	22,84	1,21	0,13	3,48
2	Запеканка из печени	200	5,49	5,27	16,32	135	38,07	2,02	0,22	5,81
		60	6,79	9,2	7,2	139,15	8,47	0,65	0,06	0,02
3	Макаронны отварные	70	7,99	10,83	8,55	163,7	9,97	0,76	0,07	0,03
		80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09	12,1
4	Икра из кабачков	100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13	18,15
		40	0,6	1,8	2,8	30	-	-	-	4,37
5	Хлеб ржаной	60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-	6,55
		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01	-
6	Хлеб пшеничный	30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045	-
		10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01	-
7	Компот из сухофруктов	20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02	-
		150	0,75	0,00	19,05	79	30,0	0,36	0,03	-
		180	0,90	0,00	22,86	95	36,00	0,45	0,04	6,00
	ИТОГО:		24,77	20,87	66,8	634,85	194,85	2,53	0,2	7,20
			35,15	24,31	101,24	772,95	250,65	4,21	0,35	13,11
										18,84
Полдник										
1	Ряженка	150	4,35	3,75	6,3	76	186	0,15	0,04	0,45
2	Сдоба	180	5,22	4,5	7,56	92	232	0,18	0,05	0,54
		50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	-
		50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	-
			12,48	10,61	53,4	356	243,6	1,5	0,18	0,92
			13,35	11,36	54,66	372	289,6	1,53	0,19	1,2
			36,9	47,72	187,92	1297	537,4	7,68	0,65	22,72
	ВСЕГО за 8 день:		49,22	57,55	255,89	1592	684,16	11,14	0,94	35,06

Составила ст.м/с.  Адживела Э.Ф.

МЕНЮ приготавливаемых блюд Весенний период 2026г.

«УТВЕРЖДАЮ»
ЗАВЕДУЮЩИЙ БЛДОУ
«Разлопенский детский сад
№5 «Сказка»
И.А. Семенюкова
«*И.А. Семенюкова*»
2026г.

№	Наименование блюда	1-3 лет		Выход, г	Пищевые вещества							Минеральные вещества			Витамины мг	
		3-7 лет	лет		Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	Са	Fe	В ₁	№ рецептур	С			
1	2			3	4	5	6	7	8	9	10		12			
9 ДЕНЬ																
Завтрак																
1	Каша рисовая			150	3,40	3,96	22,94	141,0	8,4	0,34	0,03		-			
2	Чай с сахаром			200	4,52	4,07	30,57	177,9	10,6	0,45	0,04		-			
3	Хлеб пшеничный			150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00		0,02			
4	Хлеб ржаной			180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00		0,03			
5	Масло сливочное (порциями)			10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01		-			
				20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02		-			
				10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-			
				10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-			
				6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03		-			
				8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06		-			
					8,7	12,43	49,23	258,72	115,87	1,48	0,085		0,09			
	ИТОГО:				11,89	16,81	72,34	337,97	127,17	2,19	0,135		0,1			
2 завтрак																
1	Сок			100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00			
				100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00			
	ИТОГО:				0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01		7,00			

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД Весенний период 2026г

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ «Раздольненский
детский сад №5 «Сказка»
Литвинова Д.А. Семенова
«*14 апреля*» 2026 г



№	Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества						Минеральные вещества				Витамины мг		
		1-3 лет 3-7 лет	Д, г	Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	Са	Fe	В1	№ рецеп тур	С				
10 ДЕНЬ																
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10				12		
Завтрак																
1	Каша гречневая молочная		150 200	3,40 4,52	3,96 4,07	22,94 30,57	141,0 177,9	8,4 10,6	0,34 0,45	0,03 0,04				-		
2	Чай с сахаром		150 180	0,04 0,06	0,01 0,02	6,99 9,99	28,0 40,00	8,0 10,00	0,19 0,28	0,00 0,00				0,02 0,03		
3	Хлеб пшеничный		10 20	0,71 1,41	0,11 0,22	4,64 9,08	22,9 45,77	2,00 4,00	0,17 0,34	0,01 0,02				-		
4	Хлеб ржаной		10 10	0,52 0,52	0,12 0,12	4,43 4,43	21,3 21,3	2,9 2,9	0,2 0,2	0,01 0,01				-		
5	Масло сливочное (порциями)		6 8	1,71 3,06	5,28 9,43	10,23 18,27	9,52 17,0	6,57 11,67	0,43 0,77	0,03 0,06				-		
6	Сыр		5	1,16	1,47	-	18,0	44,0	0,07	0,002				0,03		
ИТОГО:			8	2,32 12,25	2,95 12,36	61,46	320,88	145,82	4,68	0,24				3,7		
				17,89	19,15	88,41	458,31	184,95	6,94	0,31				5,18		

Пронумеровано, прошито и

скреплено печатью

№ 10 000 000

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

г-н МБДОУ №5 «Сказка»

