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

МЕНЮ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Осенний период

2026год.

пгт. Раздольное

«УТВЕРЖДАЮ»
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ
«Раздольненский детский сад
№5 «Сказка»
_____ Л.А.Семенюкова
«01» сентября 2026 г.

МЕНЮ приготавливаемых блюд
Осенний период
2026г.

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества				Минеральные вещества		Витамины мг		
				Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг, цен-ность, ккал	Ca	Fe	B_1	№ рецептур	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1 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 с сахаром		150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00		0,0
			180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00		0,0
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		0,0
			8	2,32	2,95	-	36,0	88,0	0,15	0,005		0,07
7	**Фрукты**		70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01		7,0
			75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,0

1				**8.7**	**12,78**	**50,03**	**296,72**	**125.87**	**1268**	**0.095**		**7.08**
	ИТОГО:			**12,29**	**17,21**	**82,04**	**381,97**	**143.17**	**4.39**	**0.165**		**10.1**
Обед												
1	Суп овощной с консервированным мясом		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	Биточки из говядины		60	6,79	9,2	7,2	139,15	8,47	0,65	0,06		0,02
			70	7,99	10,83	8,55	163,7	9,97	0,76	0,07		0,03
3	Рис отварной		80	3,67	3,01	17,63	112	3,24	0,73	0,03		-
			100	5,5	4,57	26,44	168	4,86	1,09	0,04		-
4	Компот		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
5	Салат из овощей		40	0,6	1.8	2,8	30	-	-	-		4,37
			60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-		6,55
6	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		-
7	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:			**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	Снежок		150	4,58	4,08	7,58	85	189,6	0,16	0,06		2,05
			180	5,48	4,88	9,07	102	226,8	0,19	0,08		2,46
2	Сдоба		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. Аджывела Э.Ф.

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ «Раздольненский детский сад №5«Сказка»
_____ Л.А.Семенюкова
«01» сентября 2026 г.

МЕНЮ приготавливаемых блюд
Осенний период
2026г.

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества				Минеральные вещества		Витамины мг		
				Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен-ность, ккал	Ca	Fe	B_1	№ рецептур	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10		12
2 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша гречневая с сахаром		80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09		12,1
			100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13		18,15
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		-
	Фрукты		70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01		7,00
			75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00

	ИТОГО:			**11,48**	**15,16**	**56,00**	**191,92**	**170,67**	**4,87**	**0,18**		**7,13**
				15,49	**21,37**	**79,47**	**424,07**	**232,67**	**7,39**	**0,28**		**10,17**
Обед												
1	Суп вермишелевый с консервированным мясом		150	2,13	5,89	14,96	121,5	51,8	1,42	0,05		10,99
			200	3,54	9,81	24,94	202,5	86,34	2,35	0,095		18,32
2	Овощное рагу с мясом и сметаной		120	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09		12,1
			130	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13		18,15
3	Сок		150	0,60	-	14,70	66,00	24,00	3,30	0,04		15,00
			180	0,80	-	16,20	88,00	26,00	3,80	0,06		18,,00
4	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		-
5	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:			**20,73**	**17,86**	**60,87**	**488,86**	**87,53**	**5,09**	**0,32**		**21**
				30,60	**24,03**	**100,92**	**662,14**	**132,02**	**7,95**	**0,67**		**32,6**
1	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		-
2	Чай		150	4,35	3,75	6,3	76	186	0,15	0,04		0,45
			180	5,22	4,5	7,56	92	232	0,18	0,05		0,54
	ИТОГО:			**20,17**	**13,74**	**91,3**	**568**	**265,42**	**2,41**	**0,24**		**2,18**
				21,07	**14,54**	**92,72**	**585**	**302,62**	**2,44**	**0,26**		**2,59**
	ВСЕГО за 2 день:			**52,23**	**46,81**	**204,22**	**1233**	**521,62**	**13,27**	**0,66**		**28,31**
				67,18	**59,94**	**266,71**	**1627**	**657,31**	**16,18**	**0,91**		**35,06**

Составила ст.м/с. Аджывела Э.Ф.

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ «Раздольненский детский сад №3«Сказка»
Л.А.Семенюкова
«01» сентября 2026 г.

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Осенний период - 2026 г.

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества				Минеральные вещества		Витамины мг		
				Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ккал	Ca	Fe	B_1	№ рецептуры	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
3 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Макароны отварные с сахаром		80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09		12,1
			100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13		18,15
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	**Фрукты**		70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01		7,00
			75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00

	ИТОГО:			**10,32**	**13.68**	**56,03**	**301.72**	**126.67**	**4,82**	**0.175**		**7,09**
				13.98	**18.42**	**79,47**	**388.07**	**144.67**	**7.24**	**0,275**		**10,1**
Обед												
1	Суп фасолевый с консервированным мясом		150	1,15	3,8	7,47	62,49	36,12	0,78	0,07		7,41
			200	1,92	6,33	10,05	104,12	60,2	1,3	0,12		12,35
2	Каша гречневая		80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09		12,1
			100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13		18,15
3	Гуляш с консервированным мясом		60	8,93	6,74	8,97	132	10,6	0,89	0,05		-
			70	11,92	8,80	11,64	173	14,0	1,18	0,07		-
4	Салат из овощей		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		1,29
			200	0,16	0,16	23,88	97,6	14,48	0,94	0,01		1,72
6	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		-
7	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		-
8	**ИТОГО:**			**17,98**	**18,02**	**66,97**	**496,79**	**85,47**	**3,49**	**0,14**		**15,12**
				27,06	**26,23**	**105,84**	**772,92**	**135,33**	**5,68**	**0,27**		**21,58**
Полдник												
1	Сок		150	4,35	3,75	6,3	76	186	0,15	0,04		0,45
			180	5,22	4,5	7,56	92	232	0,18	0,05		0,54
2	Сдоба		70	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06		-
			80	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06		-
	ИТОГО:			**11,77**	**5,33**	**48**	**287**	**234,3**	**1,31**	**0,17**		**0,65**
				12,64	**6,08**	**49,26**	**303**	**280,3**	**1,34**	**0,18**		**0,74**
	ВСЕГО за 3 день:			**47.77**	**47.46**	**172**	**1320**	**481.11**	**14.14**	**0,67**		**25,88**
				64.94	**87.91**	**234,57**	**1772**	**600.97**	**19.15**	**0,97**		**32,45**

Составила ст.м/с. Адживела Э.Ф.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ
«Раздольненский детский
сад№5«Сказка»
_____ Л.А.Семенюкова
«01» сентября 2026 г.

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Осенний период

2026г.

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества				Минеральные вещества		Витамины мг		
				Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен-ность, ккал	Ca	Fe	B_1	№ рецептур	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
4 ДЕНЬ												
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	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		-
6	**Фрукты**		70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01		7,00
			75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00
	ИТОГО:			**9,07**	**14,18**	**76,69**	**381,09**	**95,99**	**3,38**	**0,175**		**8,12**
				12,92	**20,70**	**101,09**	**485,52**	**124,72**	**5,12**	**0,19**		**10,11**
Обед												

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 с консервированным мясом		150	1,04	2,93	5,09	35	25,99	0,47	0,034		11,07
			200	1,74	4,88	9,21	85	43,32	0,79	0,057		18,45
3	Котлеты рыбные		70	5,78	4,66	10,34	106,37	16,06	0,35	0,03		0,64
			80	6,8	5,84	12,16	125,14	18,83	0,41	0,04		0,75
4	Картофельное пюре		120	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09		12,1
			130	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13		18,15
5	Компот из сухофруктов		150	0,33	0,015	20,82	84,75	23,86	0,93	0,0015		0,30
			180	0,40	0,018	24,98	101,7	28,63	1,12	0,0018		0,36
6	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		-
7	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:			**11,9**	**13,57**	**66,92**	**422,78**	**111,92**	**3,49**	**0,19**		**27,91**
				17,6	**20,03**	**105,69**	**673,38**	**167,14**	**5,47**	**0,33**		**43,41**
Полдник												
1	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		-
2	Снежок		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
	ИТОГО:			**18.24**	**11,99**	**95,03**	**560**	**187,82**	**2,53**	**0,22**		**1,32**
				18,26	**12**	**98,03**	**572**	**189,72**	**2,62**	**0,22**		**1,33**
	ВСЕГО за 4 день:			**39,61**	**39,39**	**244,99**	**1390**	**396,23**	**10,3**	**0,54**		**33,35**
				49,28	**52.33**	**313,19**	**1763**	**478,18**	**13.53**	**0,73**		**49,69**

Составила ст.м/с. Адживела Э.Ф.

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ «Раздольненский детский сад №5«Сказка»
_____ Л.А.Семенюкова
«01» сентября 2026 г.

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Осенний период

2026г.

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества				Минеральные вещества		Витамины мг		
				Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен-ность, ккал	Ca	Fe	B_1	№ рецептур	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10		12
5 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Омлет		65	5,73	11,0	1,1	127,0	46.4	1,18	0,04		0,1
			85	7.52	13.4	1,51	157,0	62,8	1,54	0,05		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	Фрукты		70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01		7,00
			75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00

	ИТОГО:			**9,07**	**13,83**	**76,69**	**381,09**	**95,99**	**3,28**	**0,12**			**8,12**
				12,92	**20,73**	**101,09**	**485,52**	**124,72**	**5,12**	**0,19**			**10,11**
Обед													
1	Борщ с консервированным мясом		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	Мясо тушеное консервированное с рассыпчатым рисом		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	Консервированные огурцы		30	0,18	-	0,33	2,1	6,6	0,33	-			-
4	Кисель		30	0,18	-	0,33	2,1	6,6	0,33	-			-
			150	0,33	0,015	20,82	84,75	23,86	0,93	0,0015			0,30
5	Хлеб пшеничный		200	0,40	0,018	24,98	101,7	28,63	1,12	0,0018			0,36
6	Хлеб ржаной		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			-
	ИТОГО:		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			-
				21,27	**21,54**	**46,51**	**493,15**	**68,55**	**3,57**	**0,15**			**6,81**
				31,13	**28,5**	**75,35**	**724,96**	**97,72**	**5,4**	**0,23**			**9,4**
Полдник													
1	Сок		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			-
	ИТОГО:		50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06			-
				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.

«УТВЕРЖДАЮ»
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ
«Раздольненский детский сад
№5«Сказка»
Л.А.Семенюкова
«01» сентября /2026 г.

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Осенний период

2026г.

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества				Минеральные вещества		Витамины мг		
				Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг, цен-ность, ккал	Ca	Fe	B_1	№ рецептур	C
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
7	**Фрукты**		70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01		7,00
			75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00

	ИТОГО:			**9,05**	**12.78**	**58,03**	**296.72**	**125.87**	**2.68**	**0.095**		**7.09**
				12.29	**17.21**	**82,14**	**381.97**	**143.17**	**4.39**	**0.165**		**10.1**
Обед												
1	Суп рыбный		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	Капуста тушеная		80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09		12,1
			100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13		18,15
3	Бефстроганов из говядины		60	6,79	9,2	7,2	139,15	8,47	0,65	0,06		0,02
			70	7,99	10,83	8,55	163,7	9,97	0,76	0,07		0,03
4	Компот		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
5	Салат из капусты		40	0,6	1,8	2,8	30	-	-	-		4,37
			60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-		6,55
6	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		-
7	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:			**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	Снежок		150	4,58	4,08	7,58	85	189,6	0,16	0,06		2,05
			180	5,48	4,88	9,07	102	226,8	0,19	0,08		2,46
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:			**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 день:			**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. Адживела Э.Ф.

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ «Раздольненский детский сад №5«Сказка»
_____ Л.А.Семенюкова
«01» сентября 2026 г.

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Осенний период

2026 г.

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	*Пищевые вещества*				Минеральные вещества		Витамины мг		
				Белки, г	*Жиры г*	*Угле-воды, г*	Энерг. цен-ность, ккал	Ca	Fe	B_1	№ рецептур	C
1	2		3	*4*	*5*	*6*	7	8	9	10	11	12
7 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша гречневая с сахаром		80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09		12,1
			100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13		18,15
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		-
6	Фрукты		70	*0,35*	*0,35*	*8,80*	38,00	10,00	1,20	0,01		7,00
			75	*0,40*	*0,40*	*9,80*	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00

	ИТОГО:			***10,78***	***15,72***	***77,38***	**280,29**	**226,59**	**3,66**	**0,12**		**8,23**
				15,15	***21,90***	***103,91***	**521,57**	**298,62**	**5,61**	**0,19**		**11,49**
Обед												
1	Суп гороховый с консервированным мясом		150	*2,13*	*5,89*	*14,96*	121,5	51,8	1,42	0,05		10,99
			200	*3,54*	*9,81*	*24,94*	202,5	86,34	2,35	0,095		18,32
2	Биточки из говядины		60	6,79	9,2	7,2	139,15	8,47	0,65	0,06		0,02
			70	7,99	10,83	8,55	163,7	9,97	0,76	0,07		0,03
3	Салат из овощей		40	0,6	1.8	2,8	30	-	-	-		4,37
			60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-		6,55
4	Кисель		150	*0,12*	*0,12*	*17,91*	73,2	10,86	0,7	0,007		1,29
			200	*0,16*	*0,16*	*23,88*	97,6	14,48	0,94	0,01		1,72
5	Макароны отварные		80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09		12,1
			100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13		18,15
6	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		-
7	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**
Полдник												
1	Сок		150	4,58	4,08	7,58	85	189,6	0,16	0,06		2,05
			180	5,48	4,88	9,07	102	226,8	0,19	0,08		2,46
2	Сдоба		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 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.

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ «Раздольненский детский сад №5 «Сказка»
Л.А.Семенюкова
«01» сентября 2026 г.

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Осенний период 2026 г.

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества				Минеральные вещества		Витамины мг		
				Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен-ность, ккал	Ca	Fe	B_1	№ рецептур	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10		12
8 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Омлет		65	5,73	11,0	1,1	127,0	46.4	1,18	0,04		0,1
			85	7.52	13.4	1,51	157,0	62,8	1,54	0,05		0,15
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	Фрукты		70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01		7,00
			75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00
	ИТОГО:			**8,92**	**17,20**	**59,97**	**297,72**	**143,77**	**2,7**	**0,15**		**7,98**
				12,63	**16,78**	**84,20**	**388,07**	**184,77**	**4,43**	**0,24**		**11,17**

Обед												
1	Свекольник с консервированным мясом	150	3,29	3,07	9,79	81	22,84	1,21	0,13			3,48
		200	5,49	5,27	16,32	135	38,07	2,02	0,22			5,81
2	Жаркое по – домашнему из мясных консервов	120	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09			12,1
		130	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13			18,15
3	Салат из капусты	40	0,6	1,8	2,8	30	-	-	-			4,37
		60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-			6,55
4	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			-
5	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			-
6	Сок	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
	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	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			-
2	Чай	150	4,35	3,75	6,3	76	186	0,15	0,04			0,45
		180	5,22	4,5	7,56	92	232	0,18	0,05			0,54
			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**
	ВСЕГО за 8 день:		**36,9**	**47,72**	**187,92**	**1297**	**537,4**	**7,68**	**0,65**			**22,72**
			49,22	**57,55**	**255,89**	**1592**	**684,16**	**11,14**	**0,94**			**35,06**

Составила ст.м/с. Адживела Э.Ф.

«УТВЕРЖДАЮ»
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ
«Раздолиненский детский сад
№5«Сказка»
_____ Л.А.Семенюкова
«01» сентября 2026г.

МЕНЮ приготавливаемых блюд
Осенний период *2026г.*

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества				Минеральные вещества		Витамины мг		
				Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг, цен-ность, ккал	Ca	Fe	B_1	№ рецептур	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10		12
9 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша рисовая молочная		150	3,40	3,96	22,94	141,0	8,4	0,34	0,03		-
			200	4,52	4,07	30,57	177,9	10,6	0,45	0,04		-
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		-
1	**Фрукты**		70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01		7,00
			75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00
	ИТОГО:			**9,05**	**12.78**	**58.03**	**296.72**	**125.87**	**3.68**	**0.086**		**7.09**
				12.29	**17.21**	**82,14**	**381.97**	**143.17**	**4.39**	**0.138**		**10.1**

Обед												
1	Суп вермишелевый с консервированным мясом		150	1,15	3,8	7,47	62,49	36,12	0,78	0,07		7,41
			200	1,92	6,33	10,05	104,12	60,2	1,3	0,12		12,35
2	Котлеты рыбные		70	6,79	9,2	7,2	139,15	8,47	0,65	0,06		0,02
			80	7,99	10,83	8,55	163,7	9,97	0,76	0,07		0,03
3	Картофельное пюре		80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09		12,1
			100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13		18,15
4	Кисель		150	1,69	1,47	25,2	120,37	68,62	1,12	0,03		1,12
			200	2,03	1,76	30,24	144,45	82,35	1,35	0,03		1,35
5	Салат из овощей		40	0,6	1,8	2,8	30	-	-	-		4,37
			60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-		6,55
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		-
7	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		-
	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	Сдоба		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		-
2	Снежок		150	2,65	2,33	11,31	77	112	0,28	0,04		1,19
			180	2,67	2,34	14,31	89	113,9	0,37	0,04		1,20
	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 9 день:			**48.47**	**53.52**	**160,37**	**1272**	**558**	**8.35**	**0.44**		**25.27**
				66.13	**66.52**	**219,41**	**1590**	**673**	**11.48**	**0.79**		**31.43**

Составила ст.м/с. Адживела Э.Ф.

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ «Раздольненский детский сад №5«Сказка»
_____ Л.А.Семенюкова
«01» октября 2026 г

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Осенний период

2026г

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества				Минеральные вещества		Витамины мг		
				Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен-ность, ккал	Ca	Fe	B_1	№ рецептур	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10		12
10 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша пшенная молочная.		80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09		12,1
			100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13		18,15
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	Фрукты		70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01		7,00
			75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00

	ИТОГО:			**12,60**	**12,71**	**70,26**	**358,88**	**115,82**	**5,88**	**0,25**		**10,7**
				18,29	**19,55**	**98,21**	**502,31**	**200,95**	**9,14**	**0,34**		**15,18**
Обед												
1	Суп рисовый с консервированным мясом	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	Ленивые вареники с картофелем	120	17,13	15,17	17,71	276	109,2	0,67	0,05		0,23
		130	21,89	16,03	22,6	321	140,6	0,85	0,08		0,28
3	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,015	20,82	84,75	23,86	0,93	0,0015		0,30
		180	0,40	0,018	24,98	101,7	28,63	1,12	0,0018		0,36
4	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		-
5	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:		**18.68**	**15,33**	**66.05**	**477.95**	**99.7**	**4.1**	**0,77**		**17,87**
			28.91	**22,87**	**105,43**	**749**	**149**	**6.25**	**1,17**		**27,62**
Полдник											
1	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
2	Кондитерские изделия (вафли,пряники)	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		-
2	**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 10 день:		**39.38**	**32,84**	**182**	**1248**	**448**	**11,86**	**1,15**		**25,64**
			57.52	**48,74**	**267**	**1680**	**578**	**16,97**	**1,65**		**37,69**

Составила ст.м/с. Адживела Э.Ф.

Пронумеровано, прошито и
скреплено печатью 10 листов

Зав. МБДОУ №5 «Сказка»
Л.А.Семенюкова
«09» 01 2018

