

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Чернышевский детский сад «Подснежник»
Раздольненский район
Республика Крым

Утверждаю
Заведующий МБД
ОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»
С.Т.Штунь

Приказ 50 от 04.06.2025



Менюготавливаемых блюд
МБДОУ «Чернышевский детский сад «Подснежник»
На 2025г.
Возрастная группа детей от 3 до 7 лет

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь



Меню

На летне-осенний периоды Первый день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Суп молочный с макаронными изделиями	250	7.18	6.5	23.54	181	1.13	88
Чай с сахаром	150	2.67	2.34	14.31	89	1.2	413
Хлеб белый	40	1.7	0.27	11,6	57,25	-	1
Итого		14,04	18,17	43,14	353,82	7,62	
Обед:							
Рассольник «Ленинградский»	200	1,38	4,64	9,25	84,35	11	
Картофель отварной	155	2.86	4.42	23,01	142,35	21	692
Рыба тушеная с овощами	80	7,93	4,55	2,2	87	1,8	261
Салат из свеклы	50	0.7	3,04	4,18	46,9	4,75	34
Хлеб б/с	20/38	3.4	0.67	26.11	127.12	-	1
Сок яблочный	150	0.75	-	15,15	63	3	418
ИТОГО:		16,93	17,33	86,35	552,77	31,78	
Полдник:							
Булочка молочная	50	4.64	0.99	26.11	132	0.13	466
Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107	1.43	416
ИТОГО:		8.31	4.18	41.93	239	1.56	
Химический состав пищевых продуктов		38,37	38,39	186,11	1252,37	43,17	

Составила мед. сестра

 И.В. Ляшенко

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»

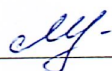
С.Т.Штунь

Меню

На летне-осенний периоды
Второй день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Вареники ленивые из творога с молочным соусом	125	18,77	18,03	25,04	338,75	0,4	244/369
Чай с сахаром	180	2.67	2.34	14.31	89	1.2	413
Хлеб белый	26	1.77	0.27	11,6	57,25	-	1
Сок яблочный	150	0.4	0.4	7,35	33	7,5	368
ИТОГО:		23,61	21,04	58,3	518	9,1	
Обед:							
Суп картофельный с рыбсом	200	1.98	2.74	14.58	90.75	8.25	86
Котлета из говядины	80	11,92	8,8	11,64	173	-	299
Капуста тушеная	150	3.13	5,56	14,38	120	24,22	143
Компот из сухофруктов	200	0.44	0.005	27.76	113	0,4	394
Хлеб б/с	20/38	3.4	0.67	26.11	127.12	-	1
ИТОГО:		20,87	17,7	94,47	673,8	33,64	
Полдник:							
Печенье	25	1.75	3.5	17.25	107.5	-	
Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91	1.17	414
ИТОГО:		4.6	5.91	31.61	198.5	1.17	
Химический состав пищевых продуктов		49,08	44,65	184,38	1340,3	43,91	

Составила мед. сестра



И.В. Ляшенко



Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь

Меню

На летне-осенний периоды

Третий день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Каша манная с маслом	200/5	4,52	4,07	30,57	177	-	168
Чай с сахаром	180	2.67	2.34	14.31	89	1.2	413
Хлеб белый	40	2.8	0.4	18.5	91.6	-	1
ИТОГО:		14,43	18,94	63,51	486,6	8,7	
Обед:							
Борщ с капустой и картофелем	200	1.81	4,91	12,74	102.5	10,28	63
Рыба припущенная	80	17.54	2.38	0.31	92.5	0.35	259
Картофельное пюре	150	2.04	3.2	13.62	92	12.1	339
Салат из свеклы	50	0.7	3.04	4.18	46,9	4,75	34
Компот из сухофруктов	200	0.44	0.005	27.76	113	0.4	394
Хлеб б/с	20/38	3.4	0.67	26.11	127.12	-	1
ИТОГО:		25,93	14,2	84,72	574,02	27,88	
Полдник:							
Печенье	25	1.75	3.5	17.25	107.5	-	
Молоко кипяченое	200	5,4	5	21,6	156	-	420
ИТОГО:		7,15	8,5	38,85	263,5	1,4	
Химический состав пищевых продуктов		47,51	41,64	187,06	1321,12	37,98	

Составила мед. сестра

И.В. Ляшенко

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь

Меню

На летне-осенний периоды

Четвертый день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Каша вязкая пшеничная с маслом	200/5	4.08	4.08	25.05	153	-	168
Чай с сахаром	180	2.67	2.34	14.31	89	1.2	413
Хлеб белый	40	2.8	0.4	18.5	91.6	-	1
Сок яблочный	150	0.4	0.4	7,35	33	7,5	386
ИТОГО:		10,03	14,46	65,34	432,7	8,7	
Обед:							
Суп картофельный с гречневой крупой	200	2.6	2.8	17.14	104.5	8.25	204
Голубцы ленивые	190	14,22	9,04	20,26	219	20,03	315
Хлеб б/с	20/38	3.4	0.67	26.11	127.12	-	1
Сок яблочный	150	0.75	-	15.15	64	3	
ИТОГО:		20,97	12,51	78,66	514,62	31,28	
Полдник:							
Оладьи с мол. соусом	100	7,94	4,43	43,62	246,6	0,78	432/369
Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91	1.17	414
ИТОГО:		10,73	6,84	57,98	337,6	1,95	
Химический состав пищевых продуктов		41,79	33,81	201,98	1284,92	41,92	

Составила мед. сестра



И.В. Ляшенко



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Чернышевский детский сад «Подснежник»
С.Т.Штунь

Меню
На летне-осенний периоды
Пятый день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Макароны отварные с сыром	150	8,37	7,71	23,83	198	0.1	220
Икра кабачковая	100	1	7	7	90	2.5	
Чай с сахаром	180	2,67	2,34	14,31	89	1,2	394
Хлеб белый	40	2.8	0.4	18.5	91.6	-	1
ИТОГО:		15,24	17,85	70,99	501,6	11,3	
Обед:							
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.74	4.88	8,48	85	18.45	73
Запеканка из печени с рисом	185	22,47	9,14	24,73	365	10,45	311
Огурец свежий	60	-	-	2.4	9.6	0.3	418
Сок яблочный	150	0.75	-	15,15	64	3	-
Хлеб б/с	20/38	3.4	0.67	26.11	127.12	-	1
ИТОГО:		28,36	14,69	76,87	650,72	32,2	
Полдник:							
Печенье	25	1.75	3.5	17.25	107.5	-	
Молоко кипяченое	200	6.1	5.4	10	113	2.73	419
ИТОГО:		7.85	8.9	27.25	220.5	2.73	
Химический состав пищевых продуктов		51,45	41,44	175,11	1372,8	46,23	

Составила мед. сестра

слу И.В. Ляшенко



Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь

Меню

На летне-осенний периоды

Шестой день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Каша вязкая овсяная с маслом	200/5	5,39	6,38	27,13	187	-	168
Чай с сахаром	180	2,67	2,34	14,31	89	1,2	413
Хлеб белый	40	2,8	0,4	18,5	91,6	-	1
Сок яблочный	150	0,4	0,4	7,35	33	7,5	386
ИТОГО:		15,08	20,67	60,93	491,6	8,7	
Обед:							
Суп картофельный с горохом	200	5,49	5,27	16,32	134,75	5,81	87
Птица тушенная в соусе с овощами	230	11,5	7,37	21,29	198	9,44	319
Огурец свежий	60	-	-	2,4	9,6	0,3	
Хлеб б/с	20/38	3,4	0,67	26,11	127,12	-	1
Сок яблочный	150	0,75	-	15,15	64	3	418
ИТОГО:		21,14	13,31	81,27	533,47	18,55	
Полдник:							
Булочка молочная	80	7,42	1,58	41,7	211	0,2	479
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	414
ИТОГО:		9,27	3,99	56,06	302	1,37	
Химический состав пищевых продуктов		45,49	37,97	198,26	1327,07	28,62	

Составила мед. сестра

И.В. Ляшенко

Заведующий МБДОУ

С.Т.Штунь

Меню

На летне-осенний периоды

Седьмой день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Каша вязкая пшенная с маслом	200/5	4.27	4.86	24.48	159	-	168
Чай с сахаром	180	2.67	2.34	14.31	89	1.2	413
Хлеб белый	40	2.8	0.4	18.5	91.6	-	1
Итого		9,74	7,6	57,29	339,6	1,2	
Обед:							
Борщ с капустой и картофелем	200	1.81	4,91	12,74	102.5	10,28	63
Рыба тушенная с овощами	80	7.93	4,55	2,2	87	1,8	261
Картофель отварной	105	1,9	2,83	15,34	95	14	692
Салат из свеклы	50	0,85	3,65	5,19	56,34	5,7	33
Компот из сухофруктов	200	0.44	0.005	27.76	113	0.4	394
Хлеб б/с	20/38	3.4	0.67	26.11	127.12	-	1
ИТОГО:		16,33	16,6	89,34	580,96	32,18	
Полдник:							
Булочка молочна	50	22,01	16,56	24,98	341,8	0,29	251/354
Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107	1.43	416
ИТОГО:		25,68	19,75	40,8	448,8	1,72	
Химический состав пищевых продуктов		51,75	43,95	187,43	1369,36	35,1	

Составила мед. сестра

И.В. Ляшенко

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь

Меню

На летне-осенний периоды

Восьмой день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Суп молочный с макаронными изделиями	250	7.18	6.5	23.54	181	1.13	88
Чай с сахаром	180	2.67	2.34	14.31	89	1.2	413
Хлеб белый	40	2.8	0.4	18.5	91.6	-	1
Сок яблочный	150	0.4	0.4	7.35	33	7.35	386
ИТОГО:		13,13	9,64	63,83	394,6	9,83	
Обед:							
Суп перловой крупой	200	2,51	2,79	17	103,29	8,25	86
Капуста тушеная с курой	200	19.7	15	13.65	269	4.72	336
Компот из сухофруктов	200	0.44	0.02	27.76	113	0.4	394
Хлеб б/с	20/38	3.3	0.67	26.11	127.12	-	1
ИТОГО:		26,05	18,46	84,52	612,41	13,37	
Полдник:							
Печенье	25	1.75	3.5	17.25	107.5	0.7	
Молоко кипяченое	200	6.1	5.4	10	113	2.73	419
ИТОГО:		7.85	8.9	27.25	220.5	3.43	
Химический состав пищевых продуктов		47,03	37,0	175,6	1227,5	26,63	

Составила мед. сестра

И.В. Ляшенко

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь



Меню

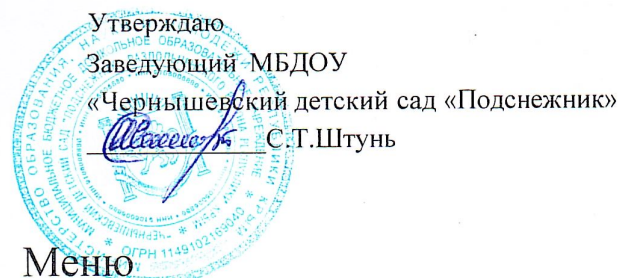
На летне-осенний периоды

Девятый день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Каша вязкая гречневая с маслом	200/5	4,67	4,86	20,94	146	-	168
Чай с сахаром	180	2.67	2.34	14.31	89	1.2	413
Хлеб белый	40	2.8	0.4	18.5	91.6	-	1
ИТОГО:		10,54	8	61,1	360,0	8,9	
Обед:							
Борщ с капустой и картофелем	200	1.81	4,91	12,74	102.5	10,28	63
Плов из птицы	210	20,3	17	35,69	377	1,01	321
Помидор свежий	60	-	-	2.4	9.6	0.3	
Сок яблочный	150	0,75	-	15,15	64	3	418
Хлеб б/с	20/38	3.4	0.67	26.11	127.12	-	1
ИТОГО:		26,26	22,58	92,09	680,22	14,59	
Полдник:							
Печенье	25	1.75	3.5	17.25	107.5	-	
Молоко кипяченное	200	6.1	5.4	10	113	2.73	419
ИТОГО:		7.85	8.9	27.25	220.5	2.73	
Химический состав пищевых продуктов		44,65	39,48	180,44	1260,7	26,22	

Составила мед. сестра

И.В. Ляшенко



На летне-осенний периоды
Десятый день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Каша вязкая рисовая с м.	200/5	3.09	4.07	32.09	177	-	168
Чай с сахаром	180	2.67	2.34	14.31	89	1.2	413
Хлеб белый	40	1,77	0.27	11,6	57,25	-	1
Сок яблочный	150	0.4	0.4	7,35	33	7,35	386
Итого		7,24	14,21	57,47	387,22	8,7	
Обед:							
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.69	2.84	17.14	104.75	8.25	88
Рагу из овощей	155	3.24	17.36	18.26	242	11.06	148
Птица отварная	80	12,66	8.16	9,4	145	-	317
Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40	0.03	411
Хлеб б/с	20/38	3.4	0.67	26.11	127.12	-	1
ИТОГО:		22,05	29,05	71,5	659,87	19,78	
Полдник:							
Печенье	25	1.75	3.5	17.25	107.5	0.7	
Молоко кипяченое	200	5.4	5	21,6	156	2.73	420
ИТОГО:		7.15	8.5	38,85	263,5	3.43	
Химический состав пищевых продуктов		36,44	51,76	167,82	1310,59	31,91	

Составила мед. сестра

И.В. Ляшенко



Всего в данном документе
прошито, пронумеровано,
скреплено печатью

10 (десять) листов

Заведующий МБДОУ «Чернышевский
детский сад «Полескине»

Шевченко С.Т. Игнать