МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЛОБАНОВСКАЯ ШКОЛА - ДЕТСКИЙ САД» ДЖАНКОЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Лобановская школа - детский сад»
_____В.В. Мусихин
Приказ от 05.10.2026г. № 76- од

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 1,5-3 ГОДА НА ПЕРИОД ДВЕ НЕДЕЛИ (десять дней)

СОГЛАСНО: СанПиН 2.3/2.423590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» Постановление от 27 октября 2020 г. № 32 пп. 8.1.2 и 8.1.7 и Приложения №8

Прием пищи 1,5-3 года	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1	**1 день**						
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	150	3,61	3,82	12,63	99,55	101
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1	0,017	8,5	34,17	412
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,62	0,2	9,76	48,4	СРБ
Итого за завтрак:		**320**	**5,33**	**4,04**	**30,89**	**182,12**	
2-й	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	76	0,3	0,3	7,45	33,7	386
Итого за 2-й завтрак:		**76**	**0,3**	**0,3**	**7,45**	**33,7**	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	40	2,35	4,75	3,56	66,4	32
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМ 120\30	150	3,36	1,815	9,39	67,36	90\132
	ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	150	20,7	5,62	16,5	199	292
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,33	0,015	20,82	84,71	**394**
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,21	0,41	16,69	81,37	СРБ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,3	0,2	15,1	71	СРБ
Итого за обед:		**545**	**31,25**	**0,61**	**82,06**	**569,84**	
Полдник	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 1ШТ.	45	1,45	1,75	15,87	85,01	СРБ
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	25	0,3	1,75	1,85	24,25	СРБ
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,017	8,33	33,33	411
Итого за полдник:		**150**	**0,05**	**0,02**	**8,33**	**33,33**	
Итого за день:		**1091**	**37,23**	**4,96**	**128,73**	**818,99**	

Прием пищи 1,5-3 года	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1	**2 день**						
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕННОЙ КРУПОЙ	150	4,35	4,11	13,96	110,38	101
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,017	8,33	33,33	411
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,22	0,15	7,32	36,3	СРБ
Итого за завтрак:		**315**	**5,62**	**4,277**	**29,61**	**180,01**	
2-й завтрак	БАНАН СВЕЖИЙ	160	2,82	94	39,48	178,6	386
Итого за 2-й завтрак:		**160**	**2,82**	**94**	**39,48**	**178,6**	
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	40	0,59	2,11	3,73	36,49	21
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	150	2,9	6,4	10,27	110,3	86
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,06	4,80	20,43	137,00	339
	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	60	5,94	3,42	1,54	61	261
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,33	0,015	20,82	84,71	394
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,21	0,41	16,69	81,37	СРБ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,22	0,15	7,32	36,3	СРБ
Итого за обед:		**595**	**16,25**	**0,56**	**80,8**	**547,17**	
Полдник	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	3,45	1,4	33,33	159,6	**441**
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,8	2,4	14,3	90	414
Итого за полдник:		**210**	**6,25**	**3,8**	**47,63**	**249,6**	
Итого за день:		**1280**	**33,76**	**102,637**	**197,52**	**1155,38**	

Прием пищи 1,5-3 года	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1	**3 день**						
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	150	4,49	4,12	12,84	106,92	101
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1	0,017	8,5	34,17	412
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,62	0,2	9,76	48,4	СРБ
Итого за завтрак:		**320**	**6,21**	**4,337**	**31,1**	**189,49**	
2-й завтрак	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	101	0,36	0,36	8,82	39,6	386
Итого за 2-й завтрак:		**101**	**0,36**	**0,36**	**8,82**	**39,6**	
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	35	0,3	1,75	1,85	24,25	СРБ
	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,26	3,08	9,98	72,64	80
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	3,78	2,91	18,17	114	219
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (соус томатный) 60/30	90	3,84	4,18	6,53	79	301/73
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	17,93	73,27	390
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,11	0,21	8,35	40,67	СРБ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,3	0,2	15,1	71	СРБ
Итого за обед:		**565**	**12,71**	**12,45**	**77,91**	**474,83**	
Полдник	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ	65	6,95	12,06	1,07	140	230
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,11	0,21	8,35	40,67	СРБ
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,06	2,66	13,18	89,17	416
Итого за полдник:		**230**	**11,12**	**14,93**	**22,6**	**269,84**	
Итого за день:		**1216**	**30,4**	**32,077**	**140,43**	**973,76**	

Прием пищи 1,5-3 года	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1	**4 день**						
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С ХЛОПЬЯМИ ОВСЯНЫМИ «ГЕРКУЛЕС»	150	4,45	4,46	13,47	111,88	101
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1	0,017	8,5	34,17	412
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,62	0,2	9,76	48,4	СРБ
Итого за завтрак:		**320**	**6,17**	**4,677**	**31,73**	**194,45**	
2-й	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	64	0,28	0,28	6,86	30,8	386
Итого за 2-й завтрак:		**64**	**0,28**	**0,28**	**6,86**	**30,8**	
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,49	3,07	1,86	35,7	**46**
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,61	1,7	10,28	62,82	88
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (соус сметанный с томатом) 100/20	120	10,61	6,81	15,04	164,00	315/373
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,33	0,015	20,82	84,71	394
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,21	0,41	16,69	81,37	СРБ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,3	0,2	15,1	71	СРБ
Итого за обед:		**525**	**17,55**	**12,205**	**79,79**	**499,6**	
Полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (соус молочный (сладкий)) 70/20	90	10,3	6,95	13,24	156,64	250/369
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,017	8,33	33,33	411
Итого за полдник:		**240**	**10,35**	**6,967**	**21,57**	**189,97**	
Итого за день:		**1149**	**34,35**	**24,129**	**139,95**	**914,82**	

Прием пищи 1,5-3 года	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углевод		
Неделя 1	**5 день**						
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	150	4,12	3,80	12,11	99,10	99
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,48	4,35	0,08	41,39	6
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,09	2,66	0	32,46	7
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1	0,017	8,5	34,17	412
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,62	0,2	9,76	48,4	СРБ
Итого за завтрак:		**335**	**8,41**	**11,027**	**30,45**	**255,52**	
2-й завтрак	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,33	0,33	8,13	36,81	386
Итого за 2-й завтрак:		**90**	**0,33**	**0,33**	**8,13**	**36,81**	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,83	2,09	4,1	38,4	35
	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,1	2,97	7,72	62,12	63
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	150	0,57	0,06	30,2	123,6	400
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,06	4,80	20,43	137,00	339
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50	6,5	2,09	4,56	63,25	271
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,21	0,41	16,69	81,37	СРБ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,3	0,2	15,1	71	СРБ
Итого за обед:		**605**	**16,57**	**12,62**	**98,8**	**576,74**	
Полдник	ПРЯНИКИ	45	2,9	3,5	31,73	170,02	СРБ
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,06	2,66	13,18	89,17	416
Итого за полдник:		**195**	**5,96**	**6,16**	**44,91**	**259,19**	
Итого за день:		**1225**	**31,27**	**30,137**	**182,29**	**1128,26**	

Прием пищи 1,5-3 года	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2	**6 день**						
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕННОЙ КРУПОЙ	150	4,35	4,11	13,96	110,38	101
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1	0,017	8,5	34,17	412
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,62	0,2	9,76	48,4	СРБ
Итого за завтрак:		**315**	**6,07**	**4,327**	**32,22**	**192,95**	
2-й завтрак	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,28	0,28	6,86	30,8	386
Итого за 2-й завтрак:		**70**	**0,28**	**0,28**	**6,86**	**30,8**	
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	35	0,3	1,75	1,85	24,25	СРБ
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,61	1,7	10,28	62,82	88
	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	100	1,98	3,71	9,49	79	143
	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ (соус сметанный с томатом) 55/10	65	12,03	11,13	4,17	170,87	329/373
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	17,93	73,27	390
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,21	0,41	16,69	81,37	СРБ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,62	0,2	9,76	48,4	СРБ
Итого за обед:		**545**	**19,87**	**19,02**	**70,17**	**539,98**	
Полдник	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	65	6,95	12,06	1,07	140	230
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,62	0,2	9,76	48,4	СРБ
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,017	8,33	33,33	411
Итого за полдник:		**230**	**8,62**	**12,277**	**19,16**	**221,73**	
Итого за день:		**1160**	**34,84**	**35,904**	**128,41**	**985,46**	

Прием пищи 1,5-3 года	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2	**7 день**						
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	150	4,12	3,80	12,11	99,10	99
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1	0,017	8,5	34,17	412
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,22	0,15	7,32	36,3	СРБ
Итого за завтрак:		**315**	**5,44**	**3,967**	**27,93**	**169,57**	
2-й завтрак	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	84	0,28	0,28	6,86	30,8	386
Итого за 2-й завтрак:		**84**	**0,28**	**0,28**	**6,86**	**30,8**	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,71	3,04	4,18	46,95	34
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	150	4,39	4,21	13,08	107,8	87
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (соус томатный) 60/30	90	3,84	4,18	6,53	79	301/73
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,06	4,80	20,43	137,00	339
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	0,07	0	16,86	67,72	**401**
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,21	0,41	16,69	81,37	СРБ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,22	0,15	7,32	36,3	СРБ
Итого за обед:		**635**	**15,5**	**16,79**	**85,09**	**556,14**	
Полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	70	12,27	8,43	11,99	177	**251**
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,017	8,33	33,33	411
Итого за полдник:		**220**	**12,32**	**8,447**	**20,32**	**210,33**	
Итого за день:		**1254**	**33,54**	**29,484**	**140,2**	**966,84**	

Прием пищи 1,5-3 года	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2	**8 день**						
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕННОЙ КРУПОЙ	150	4,35	4,11	13,96	110,38	101
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1	0,017	8,5	34,17	412
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,62	0,2	9,76	48,4	СРБ
Итого за завтрак:		**320**	**6,07**	**4,327**	**32,22**	**192,95**	
2-й	БАНАН СВЕЖИЙ	184	2,82	0,94	39,48	178,6	386
Итого за 2-й завтрак:		**184**	**2,82**	**0,94**	**39,48**	**178,6**	
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	35	0,3	1,75	1,85	24,25	СРБ
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,05	2,94	5,11	50,98	73
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	15,91	5,53	25,5	215,13	321
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	17,93	73,27	390
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,21	0,41	16,69	81,37	СРБ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,3	0,2	15,1	71	СРБ
Итого за обед:		**540**	**21,89**	**10,95**	**82,18**	**516**	
Полдник	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,64	0,99	26,11	132	466
	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	140	0,9	0	18,18	76	418
Итого за полдник:		**190**	**5,54**	**0,99**	**44,29**	**208**	
Итого за день:		**1234**	**36,32**	**17,207**	**198,17**	**1095,55**	

Прием пищи 1,5-3 года	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2	**9 день**						
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С ХЛОПЬЯМИ ОВСЯНЫМИ «ГЕРКУЛЕС»	150	4,45	4,46	13,47	111,88	101
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1	0,017	8,5	34,17	412
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,62	0,2	9,76	48,4	СРБ
Итого за завтрак:		**320**	**6,17**	**4,677**	**31,73**	**194,45**	
завтрак	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	65	0,28	0,28	6,96	31,24	386
Итого за 2-й завтрак:		**65**	**0,28**	**0,28**	**6,96**	**31,24**	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,71	3,04	4,18	46,95	34
	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,1	2,97	7,72	62,12	63
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	120	2,66	2,82	16,37	101,60	331
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2-й вариант) (соус сметанный с томатом) 55/10	65	3,85	4,3	5,02	63,93	304/373
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,33	0,015	20,82	84,71	394
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,21	0,41	16,69	81,37	СРБ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,3	0,2	15,1	71	СРБ
Итого за обед:		**590**	**13,16**	**13,755**	**85,9**	**511,68**	
Полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (соус молочный (сладкий)) 70/20	90	10,3	6,95	13,24	156,64	250/369
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,017	8,33	33,33	411
Итого за полдник:		**240**	**10,35**	**6,967**	**21,57**	**189,97**	
Итого за день:		**1215**	**29,96**	**25,679**	**146,16**	**927,34**	

Прием пищи 1,5-3 года	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2	**10 день**						
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	150	4,49	4,12	12,84	106,92	101
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1	0,017	8,5	34,17	412
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,62	0,2	9,76	48,4	СРБ
Итого за завтрак:		**320**	**6,21**	**4,337**	**31,1**	**189,49**	
2-й	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	85	0,28	0,28	6,96	31,24	386
Итого за 2-й завтрак:		**85**	**0,28**	**0,28**	**6,96**	**31,24**	
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	40	0,59	2,11	3,73	36,49	21
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	150	1,18	1,64	8,77	54,59	**86**
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	3,78	2,91	18,17	114	219
	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	6,17	4,96	1,58	75,6	293
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,33	0,015	20,82	84,71	394
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,21	0,41	16,69	81,37	СРБ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,3	0,2	15,1	71	СРБ
Итого за обед:		**565**	**16,56**	**12,245**	**84,86**	**517,76**	
	ПЕЧЕНЬЕ	25	3,6	13,26	31,5	295,5	**СРБ**
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,017	8,33	33,33	411
Итого за полдник:		**175**	**3,65**	**13,277**	**39,83**	**328,83**	
Итого за день:		**1145**	**26,7**	**30,139**	**162,75**	**1067,32**	

В документе пронумеровано, прошнуровано и скреплено печатью

7 (семь) листов

Директор МБОУ «Юбановская школа-детский сад»

В.В. Мусихин

