

«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий МДОУ
Медведевский д/сад «Солнышко»
С.М.Мельник
Приказ № 9/3 от 12.01 2026г.

КАРТотеКА КУЛИНАРНЫХ БЛЮД
ПО ПИТАНИЮ ДЕТЕЙ В МДОУ
« МЕДВЕДЕВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД «СОЛНЫШКО» ..

с. Медведевка 2026 г.

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

№	Наименование блюда	Ингредиенты	Норма на 1-го ребенка (ясли)гр.	Норма на 1-го ребенка (сад)гр.
1	Рассольник ленинградский № 82			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	60	80
		с 31.10 по 31.12	64	86
		с 31.12 по 28.02	50	60
		с 28.02 по 01.09	73	100
		Крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая, или овсяная)	4	4
		Морковь: с 31.08 по 1 января	10	12
		с 1 января по 31.08	11	13
		Лук репчатый	5	5
		Огурцы соленые	10	13
		Соль	2	2
		Сметана	4	5
		Масло растительное	4	4
		Куры	14	15
		Бульон или вода	105	140
		ВЫХОД:	150	200
2	Суп картофельный с бобовыми (горох) № 87а			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	43	53
		с 31.10 по 31.12	45	57
		с 31.12 по 28.02	49	61
		с 28.02 по 01.09	53	66
		Горох лущенный	12	16
		Лук репчатый	8	9
		Морковь: с 31.08 по 1 января	10	12
		с 1 января по 31.08	12	14
		Масло растительное	4	4
		Соль	2	2
		Куры	14	15
		Бульон или вода	105	140
		ВЫХОД:	150	200
3	Борщ с мясом № 68			
		Говядина (лопаточная, подлопаточная части, покромка)	35	40
		Соль	2	2
		Свекла: с 31.08 по 1 января	30	40
		с января по 31.08	32	43
		Капуста свежая	20	25
		Лук репчатый	6	8
		Морковь: с 31.08 по 1 января	12	17
		с 1 января по 31.08	11	18
		Картофель: с 01.09 по 31.10	40	44
		с 31.10 по 31.12	43	48
		с 31.12 по 28.02	35	45
		с 28.02 по 01.09	50	56
		Томатное пюре	3	3
		Масло растительное	4	4
		Сметана	3	4

		Бульон или вода	105	140
		ВЫХОД:	150	200
4	Борщ с картофелем № 64			
		Свекла: с 31.08 по 1 января	33	40
		с января по 31.08	35	43
		Картофель: с 01.09 по 31.10	43	53
		с 31.10 по 31.12	46	57
		с 31.12 по 28.02	35	45
		с 28.02 по 01.09	53	66
		Морковь: с 31.08 по 1 января	11	13
		с 1 января по 31.08	12	14
		Лук репчатый	8	9
		Томатное пюре	5	6
		Масло растительное	4	4
		Соль	2	2
		Сахар	1	1
		Куры	14	17
		Бульон или вода	105	140
		ВЫХОД:	150	200
5	Суп картофельный с клецками № 91			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	43	53
		с 31.10 по 31.12	45	57
		с 31.12 по 28.02	49	61
		с 28.02 по 01.09	53	66
		Морковь: с 31.08 по 1 января	8	10
		с 1 января по 31.08	9	11
		Лук репчатый	8	9
		Масло растительное	3	3
		Соль	2	2
		Куры	14	17
		Бульон или вода	105	140
		Клецки мучные готовые № 128	15	20
		ВЫХОД:	150	200
6	Суп картофельный с мясными фрикадельками № 89			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	79	106
		с 31.10 по 31.12	84	114
		с 31.12 по 28.02	89	90
		с 28.02 по 01.09	98	132
		Морковь: с 31.08 по 1 января	10	10
		с 1 января по 31.08	12	12
		Лук репчатый	10	12
		Томатное пюре	1	2
		Масло растительное	1	2
		Соль	2	2
		Бульон или вода	105	140
		Фрикадельки мясные №129	20	25
		ВЫХОД:	150	200

7	Бульон с гренками № 117			
		Бульон из птицы детский № 60	150	200
		Гренки пшеничные №123	15	20
		ВЫХОД:	150	200
8	Суп с рыбными консервами № 95			
		Консервы рыбные в собственном соку	24	32
		Картофель: с 01.09 по 31.10	56	74
		с 31.10 по 31.12	60	80
		с 31.12 по 28.02	60	80
		с 28.02 по 01.09	70	93
		Морковь: с 31.08 по 1 января	11	15
		с 1 января по 31.08	14	17
		Лук репчатый	12	16
		Крупа рисовая	5	5
		Масло сливочное	3	3
		Соль	2	2
		Бульон рыбный или вода	105	140
		ВЫХОД:	150	200
9	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) № 876			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	43	53
		с 31.10 по 31.12	45	57
		с 31.12 по 28.02	49	61
		с 28.02 по 01.09	53	66
		Фасоль	13	16
		Лук репчатый	8	9
		Морковь: с 31.08 по 1 января	10	12
		с 1 января по 31.08	12	14
		Масло растительное	4	4
		Соль	2	2
		Куры	14	17
		Бульон или вода	105	140
		ВЫХОД:	150	200
10	Суп картофельный с макаронными изделиями № 88			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	66	80
		с 31.10 по 31.12	71	86
		с 31.12 по 28.02	76	92
		с 28.02 по 01.09	83	100
		Макароны, лапша, вермишель, фигурные изделия	5	7
		Морковь: с 31.08 по 1 января	9	10
		с 1 января по 31.08	11	12
		Лук репчатый	8	9
		Масло растительное	3	3
		Соль	2	2
		Куры	14	15
		Бульон или вода	105	140

		ВЫХОД:	150	200
1	Клецки мучные № 128			
		Мука пшеничная	6	6
		Масло сливочное	1	1
		Яйцо	1,3	1,7
		Вода или молоко	7	10
		Соль	0,1	0,2
		ВЫХОД:	15	20
1	Фрикадельки мясные № 129			
2		Говядина (котлетное мясо)	25	31
		Лук репчатый	2	2
		Вода	1,5	2
		Соль	0,1	0,2
		ВЫХОД:	20	25
1	Гренки из пшеничного хлеба			
3	№ 123	Хлеб пшеничный	28	37
		ВЫХОД:	20	25
1	Бульон из птицы детский № 60			
4		Куры	24	27
		Или филе птицы охлажденное	12	16
		Вода	168	225
		Лук репчатый	6	6
		Морковь: с 31.08 по 1 января	5	5
		с 1 января по 31.08	6	6
		Соль	2	2
		ВЫХОД:	150	200
		Куры	14	17
		Или филе птицы охлажденное	12	16
		Вода	118	157
		Лук репчатый	1	1
		Морковь: с 31.08 по 1 января	2	2
		с 1 января по 31.08	2	2
		Соль	1	1
		ВЫХОД:	105	140

Заведующий МДОУ



И.С.М.Мельник/

ВТОРЫЕ БЛЮДА

1	Омлет с зеленым горошком № 233			
		Яйца	55	65
		Молоко	41	49
		Мука пшеничная	6	6
		Масло сливочное	5	6
		Соль	2	2
		Масло сливочное	3	5
		Горошек зеленый консервированный	21	24
		ВЫХОД:	110	130
2	Макаронные изделия отварные с маслом № 219			
		Макаронные изделия	25	37
		Вода	210	231
		Масло сливочное	3	4
		ВЫХОД:	80	100
3	Голубцы ленивые № 315			
		Капуста свежая белокочанная	73	73
		Говядина (котлетное мясо)	34	40
		Крупа рисовая	3	6
		Лук репчатый	5	6
		Масло сливочное	1	3
		Яйца	1/1 шт.	1/13 шт.
		Соль	1	1
		Масса припущенного лука с маслом	10,5	10,5
		ВЫХОД:	100	110
4	Гуляш из отварного мяса № 293			
		Говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка)	50	55
		Морковь: с 31.08 по 1 января	9	10
		с 1 января по 31.08	10	11
		Лук репчатый	7	8
		Томатное пюре	3	3
		Масло растительное	5	5
		Соль	2	2
		Мука пшеничная	2	2
		Овощной отвар или вода	20	26
		ВЫХОД:	60	80
5	Жаркое по - домашнему № 292		47	51
		Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	40	50
		Картофель: с 01.09 по 31.10	109	136
		с 31.10 по 31.12	117	146
		с 31.12 по 28.02	80	90
		с 28.02 по 01.09	137	170
		Лук репчатый	4	7
		Морковь: с 31.08 по 1 января	12	12
		с 1 января по 31.08	14	14
		Масло сливочное	3	3
		Томатное пюре	2	2

		Соль	1	2
		Масса отварного мяса	28	30
		Масса готовых овощей	82	90
		ВЫХОД:	75	90
6	Каша пшеничная вязкая №331			
		Крупа пшеничная	25	35
		Соль	1	1
		Вода	88	104
		Масло сливочное	5	5
		ВЫХОД:	100	130
7	Каша вязкая гречневая № 331б			
		Крупа гречневая	25	35
		Вода	88	104
		Соль	1	1
		Масло сливочное	4	4
		ВЫХОД:	100	130
8	Котлеты, биточки, шницели рубленные № 299			
		Говядина (котлетное мясо),	43	45
		или свинина (котлетное мясо),	43	61
		или телятина (котлетное мясо)	55	87
		Хлеб пшеничный	9	12
		Молоко или вода	11	16
		Лук репчатый	8	8
		Соль	1	1
		Сухари	7	7
		ВЫХОД:	50	70
9	Котлеты или биточки рыбные запеченные № 271			
		Филе трески	50	65
		или судака	48	65
		Хлеб пшеничный	11	14
		Молоко или вода	15	20
		Лук репчатый	5	9
		Соль	1	1
		Масло сливочное	1	2
		ВЫХОД:	60	80
10	Пюре картофельное № 339			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	106	137
		с 31.10 по 31.12	114	146
		с 31.12 по 28.02	80	90
		с 28.02 по 01.09	80	90
		Молоко	7	8
		Соль	1	1
		Масло сливочное	1	2
		ВЫХОД:	70	80
11	Плов из птицы № 321			
		Куры,	28	35
		Или бройлер-цыпляток,	130	154
		Или куриные окорочка,	83	98
		Или индейка,	125	147
		Или филе птицы	50	60
		Масло сливочное	4	5
		Морковь: с 31.08 по 1 января	20	28
		с 1 января по 31.08	20	25
		Лук репчатый	20	28

		Соль	2	2
		Томатное пюре	4	4
		Купа рисовая	25	36
		ВЫХОД:	80	100
12	Тефтели мясные (1-й вариант) № 303			
		Говядина (котлетное мясо)	45	55
		или телятина (котлетное мясо)	48	67
		Хлеб пшеничный	6	9
		Молоко или вода	7	12
		Соль	1	1
		Лук репчатый	12	13
		Масло сливочное	2	2
		Мука пшеничная	4	4
		ВЫХОД:	50	70
13	Рыба, тушенная с овощами № 261			
		Филе минтай	50	57
		Или треска,	38	51
		Или окунь морской,	39	52
		Или хек	41	55
		Вода	13	17
		Морковь: с 31.08 по 1 января	22	28
		с 1 января по 31.08	24	31
		Соль	2	2
		Томатное пюре	2	2
		Лук репчатый	9	11
		Масло растительное	4	4
		ВЫХОД:	60	80
14	Картофель отварной № 136			
		Картофель: с 01.09 по 31.10	146	186
		с 31.10 по 31.12	157	200
		с 31.12 по 28.02	80	90
		с 28.02 по 01.09	183	233
		Или картофель молодой	141	180
		Масло сливочное	5	5
		Соль	1	1
		ВЫХОД:	80	100
15	Тефтели из печени с рисом №311	Печень говяжья	40	50
		Крупа рисовая	9	12
		Лук репчатый	13	18
		Масло сливочное	1	2
		Яйца	1/8	1/6
		Вода	12	16
		Масло сливочное	5	7
		Соль	2	2
		Соус № 370	20	30
		ВЫХОД:	60	80
16	Печень по строгоновски № 255			
		Печень говяжья	37	41

		Масло растительное	2	2
		Лук репчатый	4	6
		Морковь	3	4
		Мука	1	2
		Сметана	1	2
		Масло сливочное	1	1
		Соль	1	2
		Соус №372,	20	30
		ВЫХОД:	40	50
17	Яйца вареные № 227			
		Яйца	1	2
		ВЫХОД:	40	60

Заведующий МДОУ



С.М. Мельник

БЛЮДА ИЗ ТЕСТА

1	Булочка «Веснушка» № 456			
		Мука пшеничная	58	72
		Мука пшеничная (на подпыл)	1	2
		Дрожжи (прессованные)	2	2
		Соль	1	1
		Сахар	7	8
		Масло сливочное	6	6
		Меланж (для смазки)	2	2
		Изюм	5	6
		Вода	28	28
		ВЫХОД:	80	100
2	Пирожки печенные с повидлом № 437а			
		Тесто дрожжевое № 436	57	78
		Мука на подпыл	1	2
		Повидло	20	33
		Масло растительное (для смазки листов)	0,3	0,3
		Меланж для смазки пирожков	1/20шт	1/20шт
		ВЫХОД:	80	100
3	Пирожки печенные с творогом № 437б			
		Тесто дрожжевое № 436	57	78
		Мука на подпыл	1	1
		Фарш творожный № 501	21	21
		Масло растительное (для смазки листов)	0,3	0,3
		Меланж для смазки пирожков	1/25шт	1/25шт
		ВЫХОД:	80	100
4	Тесто дрожжевое № 436а			
		Мука пшеничная высшего или 1-го сортов ¹	30	50
		Сахар	5	4
		Маргарин	3	5
		Меланж	3	5
		Соль	1	1
		Дрожжи (прессованные)	2	2
		Вода	13	13
		ВЫХОД:	57	78
5	Фарш творожный № 501			
		Творог	50	50
		Яйца	1/29шт	1/29шт
		Сахар	1	1
		Мука пшеничная	1	1
		ВЫХОД:	50	50

Заведующий МДОУ _____ /С.М. Мельник/



МОЛОЧНЫЕ БЛЮДА

1	Запеканка из творога № 251			
		Творог	65	80
		Крупа манная	6	8
		Сахар	4	4
		Яйца	1/10шт.	1/10шт.
		Масло сливочное	2	4
		Масло растительное	1	1
		Сухари	2	4
		Сметана	2	4
		ВЫХОД:	80	100
2	Суп молочный манный № 99			
		Молоко	110	150
		Вода	45	60
		Крупа манная	9	12
		Сахар	4	4
		Соль	1	1
		Масло сливочное	3	3
		ВЫХОД:	150	200
3	Суп молочный пшенный № 101б			
		Молоко	105	140
		Вода	45	60
		Крупа пшеничная	8	12
		Сахар	4	4
		Соль	1	1
		Масло сливочное	3	3
		ВЫХОД:	150	200
4	Суп молочный рисовый № 101а			
		Молоко	105	140
		Вода	45	60
		Крупа рисовая	8	12
		Сахар	4	4
		Соль	1	1
		Масло сливочное	3	3
		ВЫХОД:	150	200
5	Суп молочный гречневый № 101в			
		Молоко	105	140
		Вода	45	60
		Крупа гречневая	8	12
		Сахар	4	4
		Соль	1	1
		Масло сливочное	2	2
		ВЫХОД:	150	200
6	Суп молочный с овсяными хлопьями № 101г			
		Молоко	105	140
		Вода	45	60
		Хлопья овсяные	8	12
		Сахар	4	4
		Соль	1	1
		Масло сливочное	3	3
		ВЫХОД:	150	200
7	Суп молочный вермишелевый			

№ 100			
	Молоко	105	140
	Вода	45	60
	Вермишель, фигурные изделия, макаронны	5	7
	Сахар	4	4
	Соль	1	1
	Масло сливочное	3	3
	ВЫХОД:	150	200

Заведующий МДОУ



/С.М. Мельник/

СОУСЫ

1	Соус томатный № 366		
	Бульон или вода	20	30
	Масло сливочное	1	1
	Мука пшеничная	1	1
	Морковь: с 31.08 по 1 января	2	2
	с 1 января по 31.08	3	3
	Лук репчатый	1	1
	Петрушка	0,3	0,4
	Томатное пюре	3	4
	Масло сливочное	0,3	0,4
	Сахар	0,2	0,3
	Соль	0,2	0,3
	ВЫХОД:	20	30
2	Соус сметанный № 372		
	Сметана	7	7
	Мука пшеничная	3	3
	Вода или отвар	15	22
	Соль	0,16	0,24
	ВЫХОД:	20	30
3	Соус сметанный с томатом № 373		
	Сметана	5	5
	Мука пшеничная	1	2
	Вода	15	22
	Томатное пюре	4	4
	Соль	0,16	0,24
	ВЫХОД:	20	30
4	Соус молочный (сладкий) № 369		
	Молоко	8	8
	Масло сливочное	1	1
	Мука пшеничная	1	1
	Вода	8	8
	Сахар	2	2
	ВЫХОД:	15	15
5	Соус молочный (для запекания) № 370		
	Молоко	8	12
	Масло сливочное	1	2
	Мука пшеничная	1	2
	Вода	8	12
	Соль	1	1
	ВЫХОД:	20	30

Заведующая МДОУ **С.М. Мельник**



ТРЕТЬЕ БЛЮДО

1	Чай с сахаром № 411	Чай-заварка № 410, (мл)	20	30
		Сахар	4	4
		Вода	130	150
		ВЫХОД:	150/4	180/4
2	Чай с лимоном № 412	Чай-заварка № 410, (мл)	20	30
		Сахар	4	4
		Лимон свежий	5	6
		Вода	130	150
		ВЫХОД:	150/4/5	180/4/6
3	Кофейный напиток с молоком № 414	Кофейный напиток	2	3
		Сахар	4	4
		Молоко	75	90
		Вода	90	108
		ВЫХОД:	150	180
4	Какао с молоком № 416	Какао порошок	2	2
		Сахар	4	4
		Молоко	92	110
		Вода	70	80
		ВЫХОД:	150	180
5	Компот из сушеных фруктов № 394	Фрукты сушеные (смесь)	8	8
		Сахар	8	8
		Кислота лимонная	0,1	0,1
		Вода	152	183
		ВЫХОД:	150	180
6	Кисель из повидла № 401	Повидло	18	21
		Сахар	4	4
		Крахмал картофельный	5	6
		Кислота лимонная	0,2	0,2
		Вода	143	172
		ВЫХОД:	150	180
7	Соки овощные, фруктовые и ягодные № 418	Сок	100	100
		ВЫХОД:	75	75
8	Плоды и ягоды свежие № 368	Яблоки	80	85
		Бананы	117	125
		Апельсины	95	100
		ВЫХОД:	70	75
9	Чай – заварка № 410	Чай	2	2
		Вода	21	32
		ВЫХОД:	20	30

Заведующий МДОУ _____ /С.М. Мельник/

ГАСТРОНОМИЧЕСКИЕ ТОВАРЫ ПОРЦИЯМИ

1	Масло сливочное (порциями) № 6			
			5	5
		ВЫХОД:	5	5
2	Сыр (порциями) № 7			5
		Сыр российский	5	5
		ВЫХОД:	5	5

ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

1	Хлеб пшеничный № 1			
		Хлеб пшеничный	25	30
		ВЫХОД:	25	30
2	Хлеб ржаной № 1			
		Хлеб ржаной	30	37,5
		ВЫХОД:	30	37,5

КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ

1	Печенье			
		Печенье	6	16
		ВЫХОД:	6	16

Заведующий МДОУ _____ /С.М. Мельник/



САЛАТЫ

[illegible]

Заведующий МДОУ _____ /С.М. Мельник/



Всего прошито, пронумеровано
и скреплено печатью

29 *детские работы* листов

цифры

500 68 50

лист 20

Должность *заведующий*

Подпись *М. М. Мещеряков*

« *18* 20 *86* г. М.П.

