

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ "Детский сад №7
"Ягодка" с.Первомайское"

Кныш С.Е.

Приказ № 277 от 27.11.2025г

(дата)

МЕНЮ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №7 "Ягодка"
с.Первомайское" Кировского района Республики Крым

Категория довольствующихся : 1,5-3лет _____ период зима-весна

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 1								
92	ЗАВТРАК	Суп молочный манный	150	2.73	6.21	18.63	185.62	
701		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
6		Масло (порциями)	5	0.06	3.08	0.09	28.30	
459		Чай с лимоном	180	0.13	0.00	7.40	30.20	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			355	4.5	9.49	35.78	286.84	
87	ОБЕД	Суп с рыбными консервами	150	4.41	5.07	11.55	83.28	
282		Котлеты рубленные	60	5.78	5.07	7.86	111.38	
168		Каша вязкая (пшеничная)	110	3.23	2.37	17.80	100.86	
348		Соус томатный	20	0.34	0.84	1.72	16.05	
33		Салат из свеклы	40	0.58	3.24	2.58	36.90	
701		Хлеб пшеничный	15	1.19	0.15	7.24	35.25	
700		Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.20	
495		Компот из смеси сухофруктов	150	0.04	0.00	8.82	33.58	
		Аскорбиновая кислота(для компота или киселя)	0.00035	0.00	0.00	0.00	0.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			575	17.55	17.10	67.59	469.50	
466	ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная	60	4.43	3.19	36.18	195.76	
400		Молоко кипяченое	180	5.22	5.76	8.46	108.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			240	9.65	8.95	44.64	303.76	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1170	31.70	35.54	148.01	1060.10	

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 2								
94	ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой(рисовая)	150	3.69	4.38	12.83	106.00	
701		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
6		Масло (порциями)	5	0.06	3.08	0.09	28.30	
7		Сыр (порциями)	5	1.15	1.45	0.00	17.65	
465		Кофейный напиток с молоком	180	2.92	3.19	9.94	79.83	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			360	9.4	12.3	32.52	274.5	
399	ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0.50	0.10	10.10	46.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0.50	0.10	10.10	46.00	
58	ОБЕД	Борщ с картофелем (свекольник)	150	1.94	5.62	11.21	103.88	
213		Яйцо	25	3.11	2.82	0.17	38.46	
305		Котлеты рубленные из птицы	60	4.74	10.27	12.35	175.97	
321		Пюре картофельное	110	2.52	3.56	27.76	175.56	
20		Салат из белокочанной капусты	40	0.63	3.23	1.78	39.13	
700		Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.20	
2		Компот из ягод замороженных	150	0.00	0.00	6.64	25.24	
		Аскорбиновая кислота(для компота или киселя)	0.00035	0.00	0.00	0.00	0.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			565	14.92	25.86	69.93	610.44	
247	ПОЛДНИК	Рыба тушеная с овощами	60	5.30	6.41	8.15	111.97	
457		Чай с сахаром	180	0.07	0.00	5.40	21.24	
701		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			260	6.95	6.61	23.21	175.93	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1285	31.77	44.87	135.76	1106.87	

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 3								
93	ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.49	4.65	22.82	136.47	
701		Хлеб пшеничный	20	2.37	0.30	14.49	64.08	
6		Масло (порциями)	5	0.06	3.08	0.09	28.30	
460		Чай с молоком	180	2.68	2.88	11.43	82.06	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			355	9.6	10.91	48.83	310.91	
81	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	4.05	5.24	14.85	109.54	
115		Гренки из пшеничного хлеба (1 вариант)	20	2.45	0.31	10.97	66.22	
302		Птица тушеная в соусе с овощами	150	9.03	10.36	38.90	308.76	
1		Овощи натуральные соленые(огурец)	40	0.44	0.04	0.64	5.20	
700		Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	64.38	
495		Компот из смеси сухофруктов	150	0.04	0.00	8.82	33.58	
		Аскорбиновая кислота(для компота или киселя)	0.00035	0.00	0.00	0.00	0.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			540	17.99	16.31	84.2	587.68	
237	ПОЛДНИК	Запеканка из творога	100	15.65	11.34	10.79	250.09	
462		Какао с молоком	150	3.13	3.20	10.44	82.96	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	18.78	14.54	21.23	333.05	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1145	46.37	41.76	154.26	1231.64	

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 4								
94	ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой (пшенной)	150	4.50	4.80	23.94	181.47	
701		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
6		Масло (порциями)	5	0.06	3.08	0.09	28.30	
465		Кофейный напиток с молоком	180	2.92	3.19	9.94	79.83	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			355	9.06	11.27	43.63	332.32	
399	ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0.50	0.10	10.10	46.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0.50	0.10	10.10	46.00	
76	ОБЕД	Рассольник ленинградский	150	1.74	4.24	20.49	91.80	
256		Котлета рыбная любительская	60	7.35	6.64	11.29	13384.00	
321		Пюре картофельное	110	2.52	3.56	27.76	175.56	
20		Салат из белокочанной капусты	40	0.63	3.23	1.78	39.13	
700		Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.20	
2		Компот из ягод замороженных	150	0.00	0.00	6.64	25.24	
		Аскорбиновая кислота(для компота или киселя)	0.00035	0.00	0.00	0.00	0.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			540	14.22	18.03	77.98	13767.93	
215	ПОЛДНИК	Омлет натуральный	80	8.15	4.73	1.51	114.00	
701		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
457		Чай с сахаром	180	0.07	0.00	5.40	21.24	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			280	9.8	4.93	16.57	177.96	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1275	33.58	34.33	148.28	14324.21	

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 5								
206	ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром	145	6.99	7.10	30.07	217.38	
701		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
6		Масло (порциями)	5	0.06	3.08	0.09	28.30	
460		Чай молоком	180	2.68	2.88	11.43	82.06	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			350	11.31	13.26	51.25	370.46	
80	ОБЕД	Суп картофельный с крупой гречневой	150	3.10	3.75	12.47	92.55	
287		Тефтели мясные(2вариант)	60	8.25	8.23	8.36	136.28	
132		Капуста тушеная	110	2.73	4.40	8.72	87.10	
701		Хлеб пшеничный	15	1.19	0.15	7.24	35.25	
700		Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.20	
495		Кисель из сока плодового или ягодного	150	0.18	0.03	12.54	50.00	
		Аскорбиновая кислота(для компота или киселя)	0.00035	0.00	0.00	0.00	0.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			515	17.43	16.92	59.35	453.38	
469	ПОЛДНИК	Булочка домашняя	50	3.89	3.14	29.55	163.30	
400		Молоко кипяченое	180	5.22	5.76	8.46	108.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			230	9.11	8.9	38.01	271.3	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1095	38	39	149	1095	

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 6								
168	ЗАВТРАК	Каша вязкая "Дружба"	150	3.63	6.69	21.75	168.09	
701		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
6		Масло (порциями)	5	0.06	3.08	0.09	28.30	
459		Чай с лимоном	180	0.13	0.00	7.40	30.20	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			355	5.40	9.97	38.90	269.31	
81	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	4.05	5.24	14.85	109.54	
115		Гренки из пшеничного хлеба (1 вариант)	20	2.45	0.31	10.97	66.22	
282		Биточки рубленые	60	4.74	10.27	12.35	175.97	
344		Рагу овощное	130	2.70	4.52	21.35	159.16	
700		Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.20	
2		Компот из ягод замороженных	150	0.00	0.00	6.64	25.24	
		Аскорбиновая кислота(для компота или киселя)	0.00035	0.00	0.00	0.00	0.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			540	15.92	20.70	76.18	588.33	
469	ПОЛДНИК	Булочка домашняя	60	4.67	3.77	35.45	195.97	
400		Молоко кипяченое	180	5.22	5.76	8.46	108.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			240	9.89	9.53	43.91	303.97	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1135	31.21	40.20	158.99	1161.61	

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 7								
92	ЗАВТРАК	Суп молочный манный	150	2.73	6.21	8.63	185.62	
701		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
6		Масло (порциями)	5	0.06	3.08	0.09	28.30	
7		Сыр (порциями)	5	1.15	1.45	0.00	17.65	
457		Чай с сахаром	180	0.07	0.00	5.40	21.24	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			360	5.59	10.94	23.78	295.53	
399	ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1.41	0.08	13.10	80.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	1.41	0.08	13.10	80.00	
158	ОБЕД	Уха с крупой	150	4.27	3.13	19.58	106.06	
301		Птица тушеная с соусом томатным (говядина)	60	9.39	9.38	2.40	129.64	
314		Каша вязкая гречневая	110	3.41	2.54	15.37	97.82	
17		Свекла отварная	40	0.60	0.04	3.64	16.80	
701		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
700		Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.20	
495		Компот из смеси сухофруктов	150	0.04	0.00	8.82	33.58	
		Аскорбиновая кислота(для компота или киселя)	0.00035	0.00	0.00	0.00	0.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			560	21.27	15.65	69.49	478.82	
609	ПОЛДНИК	Печенье	30	2.25	3.54	22.32	130.80	
400		Молоко кипяченое	180	5.22	5.76	8.46	108.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			210	7.47	9.30	30.78	238.80	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1230	35.74	35.97	137.15	1093.15	

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 8								
94	ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой (овсяной)	150	4.20	4.95	12.28	111.00	
701		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
6		Масло (порциями)	5	0.06	3.08	0.09	28.30	
460		чай с молоком	180	2.68	2.88	11.43	21.24	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			355	8.52	11.11	33.46	203.26	
82	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1.85	3.66	19.02	92.72	
213		Яйцо	25	3.11	2.82	0.17	38.46	
302		Птица тушеная в соусе с овощами	150	9.03	10.36	38.90	308.76	
1		Овощи натуральные соленые(огурец)	40	0.44	0.04	0.64	5.20	
701		Хлеб пшеничный	15	1.19	0.15	7.24	35.25	
700		Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.20	
495		Кисель из сока плодового или ягодного	150	0.18	0.03	12.54	50.00	
		Аскорбиновая кислота(для компота или киселя)	0.00035	0.00	0.00	0.00	0.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			560	17.78	17.42	88.53	582.59	
230	ПОЛДНИК	Вареники ленивые (отварные)	100	7.40	7.58	14.39	200.71	
462		Какао с молоком	150	3.13	3.20	10.44	82.96	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			250	10.53	10.78	24.83	283.67	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1165	36.83	39.31	146.82	1069.52	

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 9								
94	ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой (пшеничной)	150	4.50	4.80	23.94	181.47	
701		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
6		Масло (порциями)	5	0.06	3.08	0.09	28.30	
459		Чай с лимоном	180	0.13	0.00	7.40	30.20	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			355	6.27	8.08	41.09	282.69	
399	ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0.50	0.10	10.10	46.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0.50	0.10	10.10	46.00	
76	ОБЕД	Рассольник ленинградский	150	1.74	4.24	20.49	91.80	
213		Яйцо	25	3.11	2.82	0.17	38.46	
247		Рыба тушеная с овощами	60	5.30	6.41	8.15	111.97	
321		Пюре картофельное	110	2.52	3.56	27.76	175.56	
33		Салат из свеклы	40	0.58	3.24	2.58	36.90	
701		Хлеб пшеничный	15	1.19	0.15	7.24	35.25	
700		Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.20	
495		Компот из смеси сухофруктов	150	0.04	0.00	8.82	33.58	
		Аскорбиновая кислота(для компота или киселя)	0.00035	0.00	0.00	0.00	0.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			580	16.46	20.78	85.23	575.72	
466	ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная	60	4.43	3.19	36.18	195.76	
400		Молоко кипяченое	180	5.49	6.05	8.87	113.40	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			240	9.92	9.24	45.05	309.16	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1275	33.15	38.20	181.47	1213.57	

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Ж	У		
День 10								
94	ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой(гречневой)	150	5.80	5.91	30.45	155.21	
701		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
6		Масло (порциями)	5	0.06	3.08	0.09	28.30	
465		Кофейный напиток с молоком	180	2.92	3.19	9.94	79.83	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			355	10.36	12.38	50.14	306.06	
57	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	150	1.98	3.84	10.02	83.39	
287		Тефтели мясные	60	8.24	7.83	7.95	135.08	
204		Макароны отварные с маслом	110	4.02	2.52	26.81	147.65	
348		Соус томатный	20	0.34	0.84	1.72	16.05	
700		Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.20	
2		Комиот из замороженных ягод	150	0.00	0.00	6.64	25.24	
		Аскорбиновая кислота(для компота или киселя)	0.00035	0.00	0.00	0.00	0.00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			520	16.56	15.39	63.16	459.61	
213	ПОЛДНИК	Яйца вареные	49	6.22	5.64	0.34	76.93	
22		Салат из картофеля с огурцами солеными	40	0.79	2.07	3.57	37.88	
701		Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
457		Чай с сахаром	180	0.07	0.00	5.40	21.24	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			289	8.66	7.91	18.97	178.77	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1164	35.58	35.68	132.27	944.44	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			11939	353.78	384.94	1491.62	24300.25	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1193.9	35.38	38.49	149.16	2430.03	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности				112.31	109.05	97.97	231.43	

Среднеэнергетический баланс

0.86

0.97

4.16

6.00

