

УТВЕРЖДЕНО

И.И. Невская Т.Е.

Согласовано
Заведующий МБДОУ/О/с № 1 «Ручеек»
Короткая Е.А.

16 июля 2025

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (3-7года.)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	5,3	24,7	135,5	199
День 3	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	7,6	32,4	411
Завтрак	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	1,4	4,3	18	106,0	1
Итого за завтрак		415	6,2	9,6	50,3	273,9	
Второй завтрак	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	100	0,5	0,1	10,1	46	418
Итого за второй завтрак		100	0,5	0,1	10,1	46	
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,8	3,3	4,1	52,5	52
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	5,3	6,6	15,5	145,7	87
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,2	4,7	26,7	152,0	200
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	80	10,2	10,1	8,6	174,1	306
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	12,2	54,7	243
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,1	0,4	13,8	48	
Итого за обед		700	21,6	25,4	92,9	672,7	
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	1,4	4,7	24,2	152,2	450
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,1	3,9	8,7	93,5	419
Итого за полдник		250	5,5	8,6	32,9	245,7	
Ужин	СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ	180	17,6	18,3	31,9	368,1	247
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	40	2,9	3,4	22,2	130,9	
	КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	200	0,4	0,2	22,2	91,7	239
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	
Итого за ужин		460	22,5	22,3	97,5	668,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1925	56,3	66,0	283,7	1906,7	



УТВЕРЖДЕНО
И.П. Невская Т.Е.

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ д/с № 1 «Ручеек»
Короткая Е.А.



16 июля 2025

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд ЯСЛИ 2-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,8	3,3	15,4	104,2	199
День 3	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	6,9	29,0	411
Завтрак	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,9	4,3	12	83,1	1
Итого за завтрак		355	3,7	7,6	34,3	216,3	
Второй завтрак	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	150	0,5	0,1	10,1	46	418
Итого за второй завтрак		150	0,5	0,1	10,1	46	
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	40	0,5	2,1	2,7	35,1	71
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	5,3	6,6	15,5	145,7	87
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	2	3,4	16,6	98,9	200
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	8,4	8,4	5,4	113,5	306
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	9,2	40,3	243
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	
Итого за обед		575	17,7	20,9	67,6	499,8	
Полдник	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	1,4	4,7	24,2	152,2	450
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	3,5	3,3	7,5	79,4	419
Итого за полдник		220	4,9	8,0	31,7	231,6	
Ужин	СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ	150	15,5	14,7	22,5	210,5	247
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	40	2,9	3,4	22,2	130,9	
	КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ	180	0,3	0,2	19,4	80,3	239
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
Итого за ужин		405	20,1	18,6	82,3	488,0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1655	46,9	55,2	226,0	1481,7	

УТВЕРЖДЕНО

ИП Невская Т.Е.

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МБДОУ д/с № 1 «Ручеек»
Короткая Е.А.

16 июля 2025

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (Т.К.П.) ясли 2-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,8	3,3	15,4	104,2	199
День 3	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	6,9	29,0	411
Завтрак	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,9	4,3	12	83,1	1
Итого за завтрак		355	3,7	7,6	34,3	216,3	
Второй завтрак	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	150	0,5	0,1	10,1	46	418
Итого за второй завтрак		150	0,5	0,1	10,1	46	
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	40	0,5	2,1	2,7	35,1	71
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	5,3	6,6	15,5	145,7	87
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	2	3,4	16,6	98,9	200
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	8,4	8,4	5,4	113,5	306
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	9,2	40,3	243
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	
Итого за обед		575	17,7	20,9	67,6	499,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1080	46,9	55,2	226,0	762,1	

[illegible]

«Ручеек»
муниципального
образования
город-курорт
Анапа

16 июля 2025

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюда (3-7 года) сад ГКП

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	5,3	24,7	135,5	199
День 3	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	7,6	32,4	411
Завтрак	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	1,4	4,3	18	106,0	1
Итого за завтрак		425	6,2	9,6	50,3	273,9	
Второй завтрак	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	180	0,5	0,1	10,1	46	418
Итого за второй завтрак		180	0,5	0,1	10,1	46	
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	0,5	0,1	0,9	6	71
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	5,3	6,6	15,5	145,7	87
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,2	4,7	26,7	152,0	200
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	80	10,2	10,1	8,6	174,1	306
	КОМПЮТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	12,2	54,7	243
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,1	0,4	13,8	48	
Итого за обед		700	21,6	25,4	92,9	672,7	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1302	56,3	66,0	283,7	992,6	