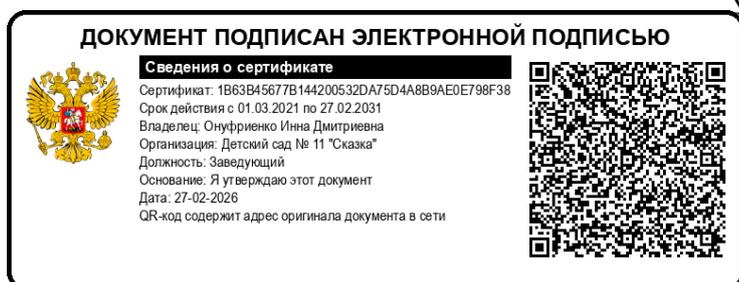


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 11 «Сказка» г. Феодосии Республики Крым»



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Детский сад № 11 «Сказка»
И.Д. Онуфриенко
Приказ от 27.02.2026 № 70

Основное (организационное) меню
приготавливаемых блюд
на весенний период 2026 года
(март – май)
для возрастной группы детей 1 – 3 года

Учреждение 10,5 часов пребывания

Первая неделя

Понедельник

	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Каша молочная с крупой (овсянная)	150	106,04	4,90	16,68	6,80	168
	Яйцо отварное	49	66,84	6,22	0,34	5,63	213
	Бутерброд с маслом	20/5	75,80	1,73	8,54	4,29	1
	Чай с лимоном, сахаром	180	17,14	0,10	21,84	0,52	393
	ИТОГО		265,82	12,95	47,40	17,24	
2-й завтрак	Фрукты	100	79,84	1,56	21,84	0,52	
	ИТОГО		79,84	1,56	21,84	0,52	
Обед	Щи из свежей капусты со сметаной	180	76,63	1,95/016	12,99/0,18	3,28/0,9	57
	Зелень для блюда	2	0,58	0,04	0,08	0,01	
	Каша пшеничная (Артек)	110	108,32	2,96	16,52	2,68	321
	Тефтели мясная с подливой	70	133,75	11,62	6,66	12,20	282
	Огурец/помидор (порционный)	16	2,40	0,13	0,45	0,02	
	Кисель из сока	180	55,42	0,42	17,26	0,07	376
	Хлеб пшеничный	20	48,40	1,70	8,50	0,66	
	Хлеб ржаной	30	62,70	2,55	12,75	0,99	
	ИТОГО		488,20	19,42	62,22	16,63	
Полдник	Пудинг творожный (с морковью, яблоком, крупой, макаронными изделиями)	80	135,64	11,52	9,40	9,09	238
	Кисломолочный напиток (молоко)	170	111,10	6,28	18,67	5,77	400
	Кондитерские изделия	20	42,55	1,13	11,62	1,46	
	ИТОГО		289,29	18,93	39,69	16,32	
ВСЕГО			1123,15	52,86	171,15	50,71	

Первая неделя

Вторник

	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Каша молочная с крупой (овсянная)	150	136,64	4,55	17,64	5,41	92
	Бутерброд с маслом, с сыром	20.5.7	111,21	3,42	8,56	6,36	3
	Кофейный напиток с молоком	180	101,92	4,34	13,42	3,86	395
	ИТОГО		349,77	12,31	39,62	803,40	
2-й завтрак	Сок фруктовый	120	55,20	0,60	12,00	0,12	
Обед	Суп картофельный с клецками	180	122,15	3,37	18,09	3,62	85
	Зелень для блюда	1	0,58	0,04	0,08	0,01	
	Капуста тушеная с мясом	180	136,70	13,56	11,41	4,84	336
	Компот из фруктов и кураги	180	39,48	0,47	10,19	0,05	382
	Хлеб ржаной	30	77,70	2,55	12,75	0,99	
	ИТОГО		376,61	19,99	52,52	9,51	
Полдник	Рыба тушеная с овощами	65	84,50	9,70	1,78	4,28	244
	Пюре картофельное	115	91,74	1,82	14,69	2,54	313
	Огурец/помидор свежий (порционный)	12	1,80	0,10	0,34	0,01	
	Хлеб пшеничный	25	60,50	2,13	10,63	0,83	
	Чай с сахаром	180	16,45	0,08	4,70	0,02	393
	ИТОГО		254,99	13,83	32,14	7,68	
ВСЕГО			1036,57	46,73	136,28	820,71	

Первая неделя

Среда

	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Супа молочный с макаронными изделиями	150	108,34	4,82	17,08	5,56	93
	Бутерброд с маслом	25/5	97,90	2,16	10,67	4,46	3
	Чай с сахаром	180	16,48	0,08	4,71	0,02	395
	ИТОГО		222,72	7,06	32,46	10,04	
2-й завтрак	Фрукта	115	59,80	0,30	13,19	0,20	
Обед	Свекольник со сметаной	180	111,01	3,24	13,53	4,02	58
	Зелень для блюда	1	0,58	0,04	0,08	0,01	
	Плов с мясом говядины	180	246,03	12,20	19,92	13,05	304
	Огурец/помидор (порционный)	30	3,00	0,16	0,56	0,02	
	Компот из изюма и кураги	180	36,24	0,36	9,64	0,03	376
	Хлеб пшеничный	20	48,40	1,70	8,50	0,66	
	Хлеб ржаной	30	67,70	2,55	12,75	0,99	
ИТОГО		512,96	20,25	64,98	18,78		
Полдник	Сырник из творога (сметана)	65	187,17	12,00	17,04	11,85	231
	Кисломолочный напиток (молоко кипяченое)	170	68,40	4,76	7,99	4,25	401
	Кондитерские изделия	25	63,25	1,88	18,60	2,45	
	ИТОГО		318,82	18,64	43,63	18,55	
ВСЕГО			1114,30	46,25	154,26	47,57	

Первая неделя

Четверг

	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Каша молочная с крупой (овсянная)	95	108,19	3,37	17,9	3,03	165
	Яйцо отварное 1/2	24	37,64	3,04	0,17	2,76	213
	Огурец	16	2,40	0,13	0,45	0,02	
	Бутерброд с маслом,сыром	20.5.7	85,12	3,42	8,56	6,36	1
	Кофейный напиток	180	20,73	0,14	5,43	0,11	395
	Фрукты		254,08	10,10	121,55	12,28	
2-й завтрак	Сок	120	55,20	0,60	12,00	0,12	
ИТОГО			55,20	0,60	12,00	0,12	
Обед	Борщ со сметаной	180	101,04	2,61	11,03	5,39	69
	Зелень для блюда	1	0,58	0,04	0,08	0,01	
	Жаркое по домашнему (птица)	180	161,03	13,36	16,62	4,38	342
	Компот из сухофрукты	180	28,47	0,12	7,01	0,01	376
	Хлеб пшеничный	20	48,40	1,70	8,50	0,66	
	Хлеб ржаной	30	77,70	2,55	12,75	0,99	
	ИТОГО		417,22	20,38	55,99	11,44	
Полдник	Суп молочный с крупой геркулесовой	150	105,35	4,77	15,74	5,93	94
	Булочка "Веснушка"	50	161,36	4,40	27,00	23,00	4
	Чай с молоком	180	91,29	4,28	10,82	3,77	394
	ИТОГО		358,00	13,45	53,56	32,70	
ВСЕГО			1084,50	44,53	156,40	56,54	

Первая неделя

Пятница

	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Каша молочная с крупой (овсяная)	150	143,34	4,34	17,80	6,28	94
	Бутерброд с маслом	20/5	75,80	1,73	8,54	4,29	1
	Какао на молоке	180	105,64	4,59	12,42	4,96	397
	ИТОГО		324,78	10,66	38,76	15,53	
2-й завтрак	Фрукта	115	59,80	0,30	13,19	0,20	
	Фрукты		59,80	0,30	13,19	0,20	
Обед	Суп картофельный гороховый	180	99,19	30,54	15,10	2,56	81
	Зелень для блюда	1	0,58	0,04	0,08	0,01	
	Макаронные изделия отварные с маслом	115	123,70	3,91	19,52	2,56	205
	Бефстроганов из отварного мяса	65	129,51	10,39	11,19	4,18	286
	Копот из фруктов и кураги	180	42,08	0,48	10,76	0,06	376
	Хлеб ржаной	30	77,70	2,55	12,75	0,99	
	ИТОГО		472,76	47,91	69,40	10,36	
Полдник	Котлета рыбная запеченная	65	98,58	14,40	4,92	5,88	255
	Свекольная икра	70	57,14	1,10	7,36	3,91	45
	Хлеб пшеничный	20	48,40	1,70	8,50	0,66	
	Чай с сахаром и лимоном	180	17,11	0,10	4,76	0,02	393
	ИТОГО		221,23	17,30	25,54	10,47	
ВСЕГО			1078,57	76,17	146,89	36,56	

Вторая неделя

Понедельник

	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Каша молочная с крупой (овсяная)	150	115,64	4,80	17,51	6,51	204
	Бутерброд с маслом, с сыром	22.7.5	107,41	3,64	9,65	6,44	1
	Чай с сахаром с лимоном	180	17,01	0,09	4,76	0,02	393
	ИТОГО		240,06	8,53	31,92	12,97	
2-й завтрак	Фрукты	125	57,50	0,63	12,50	0,30	
	ИТОГО		57,50	0,63	12,50	0,30	
Обед	Суп картофельный с гречкой	180	89,62	2,19	14,04	2,65	58
	Зелень для блюда	1	0,54	0,04	0,08	0,01	
	Тефтели с рисом ("Ёжики")	75	125,00	15,63	15,20	8,66	304
	Капуста тушеная	110	84,17	1,82	8,88	5,15	
	Компот из сухофруктов	180	40,18	0,19	9,72	0,01	376
	Хлеб пшеничный	25	60,50	2,13	10,63	0,83	
	Хлеб ржаной	30	72,70	2,55	12,75	0,99	
	ИТОГО		472,71	24,55	71,30	18,30	
Полдник	Пудинг из творога (с морковью, с яблоком, макаронными изделиями, крупой)	80	200,19	12,83	16,52	11,65	231
	Кисломолочный напиток(молоко	170	56,95	4,44	6,34	3,96	401
	Кондитерские изделия	25	44,25	1,88	18,60	2,45	
	ИТОГО		301,39	19,15	41,46	18,06	
ВСЕГО			1071,66	52,86	157,18	49,63	

Вторая неделя

Вторник

	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Каша молочная с крупой (овсяная)	150	122,85	4,90	15,74	6,80	93
	Бутерброд маслом	22.5.1	107,41	3,64	9,65	6,44	0
	Какао на молоке	180	102,45	4,59	4,96	11,48	397
	ИТОГО		332,71	13,13	30,35	24,72	
2-й завтрак	Фрукта	115	59,80	0,30	13,19	0,20	
	Фрукты		59,80	0,30	13,19	0,20	
Обед	Борщ со свежей капусты со сметаной	180	85,51	1,91	11,33	4,38	56
	Зелень для блюда	1	0,58	0,04	0,08	0,01	
	Картофельная запеканка с печенью	120	175,49	13,44	21,35	14,74	321
	Сметанный соус	30	50,00	1,30	4,80	3,00	
	Огурец/помидор (порционный)	18	3,00	0,16	0,56	0,02	
	Кисель из сока	180	67,23	0,42	16,32	0,07	382
	Хлеб ржаной	30	77,70	2,55	12,75	0,99	
	ИТОГО		495,81	21,10	73,57	23,71	
Полдник	Тефтеля рыбная тушеная	65	58,87	10,97	5,06	3,79	255
	Яйцо	49	66,84	6,22	0,34	5,63	
	Икра кабачковая свежая	45	44,10	0,72	3,39	2,84	53
	Хлеб пшеничный	20	36,30	1,28	6,38	0,50	
	Чай с сахаром с лимоном	180	13,95	0,10	3,83	0,02	393
	ИТОГО		259,56	19,74	21,16	16,57	
ВСЕГО			1147,88	54,27	138,27	65,20	

Вторая неделя

Среда

	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Каша молочная "Дружба"(пшено и рис)	150	122,62	4,21	17,26	5,31	168
	Булочка домашняя сладкая	45	107,01	3,61	21,49	2,92	469
	Масло сливочное порционное	5	36,50	0,04	0,02	4,06	
	Чай с сахаром	180	17,14	0,10	4,77	0,02	393
	ИТОГО		246,77	7,92	43,52	8,25	
2-й завтрак	Сок	120	58,42	0,64	12,70	0,13	
	ИТОГО		58,42	0,64	12,70	0,13	
Обед	Суп картофельный с макаронными	180	79,56	1,77	11,57	2,51	
	Зелень для блюда	1	0,58	0,04	0,08	0,01	
	Рагу овощное с мясом птицы	180	117,79	7,93	18,01	7,53	304
	Компот из сухофруктов	180	35,86	0,30	9,08	0,01	376
	Хлеб пшеничный	45	54,60	1,92	9,59	0,74	
	Хлеб ржаной	30	77,70	2,55	12,75	0,99	
	ИТОГО		366,09	14,51	61,08	11,79	
Полдник	Сырники из творога (сметана)	70	189,72	12,05	13,11	11,79	231
	Кисломолочный напиток (молоко)	170	82,46	4,44	7,45	3,96	401
	Кондитерское изделие	25	104,25	1,88	18,60	2,45	
	ИТОГО		376,43	18,37	39,16	18,20	
ВСЕГО			1047,71	41,44	156,46	38,37	

Вторая неделя

Четверг

	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Каша гречневая молочная	150	106,19	4,47	5,30	17,90	313
	Яйцо отварное	49	66,84	6,22	5,63	0,34	213
	Бутерброд с маслом	25/5	67,07	1,95	4,38	9,64	1
	Кофейный напиток с молоком	180	39,45	0,12	0,10	5,16	395
	ИТОГО		279,55	12,76	15,41	33,04	
2-й завтрак	Фрукта	100	69,84	1,56	0,52	21,84	
	ИТОГО		69,84	1,56	0,52	21,84	
Обед	Суп овощной со сметаной	180	101,11	7,73	5,82	10,38	80
	Зелень для блюда	2	1,16	0,08	0,02	0,16	
	Плов с мясом	180	155,54	10,51	10,30	19,98	304
	Огурец/помидор (порционный)	30	3,06	0,15	0,03	0,46	
	Компот из яблок и кураги	180	32,67	0,30	0,01	8,14	376
	Хлеб ржаной	30	67,70	2,55	0,99	12,75	
	ИТОГО		361,24	21,32	17,17	51,87	
Полдник	Картофель с маслом	95	201,56	4,82	5,58	17,08	93
	Икра кабачковая	50	78,60	8,00	4,90	3,70	448
	Хлеб пшеничный	25	48,06	1,69	0,66	8,44	
	Чай с сахаром и лимоном	180	14,01	0,10	0,02	3,83	393
	ИТОГО		342,23	14,61	11,16	33,05	

Пятница

	Каша молочная с крупой (овсянная)	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	118,84	4,69	6,38	15,38	
	Бутерброд с маслом, с сыром	20.5.7	87,90	2,16	4,46	10,67	3
	Какао на молоке	180	84,55	4,53	3,98	11,77	397
	Фрукты		291,29	11,38	14,82	37,82	
2-й завтрак	Сок	115	54,11	0,59	0,12	11,76	
	ИТОГО		54,11	0,59	0,12	11,76	
Обед	Суп картофельный с рыбой	180	122,01	11,98	3,41	14,57	84
	Зелень для блюда	2	0,72	0,05	0,01	0,10	
	Жаркое по домашнему с мясом птицы	180	198,00	12,07	13,86	18,94	342
	Огурец/помидор порционный)	30	2,64	0,14	0,02	0,49	
	Компот из сухофруктов и яблок	180	32,67	0,30	0,01	8,14	376
	Хлеб пшеничный	25	48,40	1,70	0,67	8,50	
	Хлеб ржаной	30	67,70	2,55	0,99	12,75	
ИТОГО		472,14	28,79	18,97	63,49		
Полдник	Оладьи	75	190,64	7,02	9,61	44,12	449
	Сгущенное молоко/с повидлом	20	48,50	1,09	1,29	8,49	
	Чай с сахаром и лимоном		13,44	0,09	0,02	3,58	393
	ИТОГО		252,58	8,20	10,92	56,19	
ВСЕГО			1070,12	48,96	44,83	169,26	