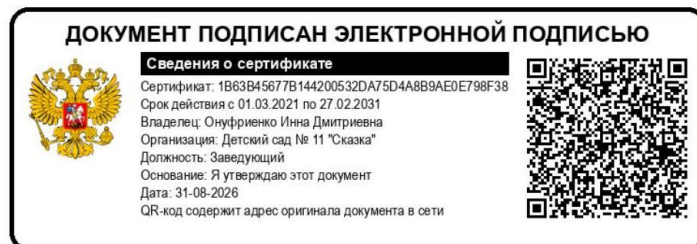


**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 11 «Сказка» г. Феодосии Республики Крым»**



Утверждаю
Заведующий Детский сад №11 "Сказка"
И.Д. Онуфриенко
Приказ № 111 от 31.08.2026

**Основное (организационное) меню
приготавливаемых блюд на осенний период
(сентябрь, октябрь, ноябрь)
2026 года
для возрастной группы детей от 1 года до 3 лет
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 молочнаяс крупой(овсянная)	150	106.04	4.90	16.68	6.80	168
	Бутерброд с сыром	20/5/7	111.21	3.42	8.56	6.36	3
	Чай с лимоном, сахаром	180	17.14	0.10	21.84	0.52	393
	ИТОГО		234.39	8.42	47.08	13.68	
2-й завтрак	Фрукта	100	79.84	1.56	21.84	0.52	
	ИТОГО		79.84	1.56	21.84	0.52	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и	180	76.63	1,95/016	12,99/0,18	3,28/0,9	67
	Зелень для блюда	2	0.58	0.04	0.08	0.01	
	Каша пшеничная (Артек)	110	108.32	2.96	16.52	2.68	313
	Тефтеля 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	382
	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	1
	Кондитерские изделия	20	42.55	1.13	11.62	1.46	
	ИТОГО		289.29	18.93	39.69	16.32	
ВСЕГО			1091.72	48.33	170.83	47.15	

Первая неделя							
Вторник							
	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Каша манная	150	136.64	4.55	17.64	5.41	416
	Яйцо отварное	49	66.84	6.22	5.63	0.34	213
	Бутерброд с маслом	25/5	97.90	2.16	10.67	4.46	1
	Кофейный напиток с молоком	180	101.92	4.34	13.42	3.86	395
	ИТОГО		403.30	17.27	47.36	935.86	
2-й завтрак	Сок фруктовый	120	55.20	0.60	12.00	0.12	399
	ИТОГО		55.20	0.60	12.00	0.12	
Обед	Суп картофельный рисовый	180	122.15	3.37	18.09	3.62	85
	Зелень для блюда	1	0.58	0.04	0.08	0.01	
	Капуста тушенная с мясом	180	136.70	13.56	11.41	4.84	132
	Компот из свежих плодов	180	39.48	0.47	10.19	0.05	372
	Хлеб ржаной	30	77.70	2.55	12.75	0.99	
	ИТОГО		376.61	19.99	52.52	9.51	
Полдник	Рыба тушенная с овощами	65	84.50	9.70	1.78	4.28	247
	Пюре картофельное	115	91.74	1.82	14.69	2.54	321
	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	392
	ИТОГО		254.99	13.83	32.14	7.68	
ВСЕГО			1090.10	51.69	144.02	953.17	

Первая неделя							
Среда							
	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	108.34	4.82	17.08	5.56	93
	Бутерброд с сыром	20/5/7	111.21	3.42	8.56	6.36	3
	Чай с сахаром	180	16.48	0.08	4.71	0.02	395
	ИТОГО		236.03	8.32	30.35	11.94	
2-й завтрак	Фрукта	115	59.80	0.30	13.19	0.20	
	ИТОГО		59.80	0.30	13.19	0.20	
Обед	Свекольник со сметаной	180	111.01	3.24	13.53	4.02	
	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 свежих плодов	180	36.24	0.36	9.64	0.03	372
	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	170	68.40	4.76	7.99	4.25	400
	Кондитерские изделия	25	63.25	1.88	18.60	2.45	
	ИТОГО		318.82	18.64	43.63	18.55	
ВСЕГО			1127.61	47.51	152.15	49.47	

Первая неделя							
Четверг							
	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	95	108.19	3.37	17.9	3.03	165
	Бутерброд с маслом	25/5	97.90	2.16	10.67	4.46	1
	Огурец / помидор	16	2.40	0.13	0.45	0.02	
	Яйцо отварное	49	66.84	6.22	5.63	0.34	213
	Кофейный напиток	180	20.73	0.14	5.43	0.11	395
	ИТОГО		296.06	12.02	121.55	7.96	
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 свежих плодов	180	28.47	0.12	7.01	0.01	372
	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	473
	Чай с молоком	180	91.29	4.28	10.82	3.77	394
	ИТОГО		358.00	13.45	53.56	32.70	
ВСЕГО			1126.48	46.45	156.40	52.22	

Первая неделя							
Пятница							
	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Каша рисовая молочная	150	143.34	4.34	17.80	6.28	94
	Бутерброд с сыром	20/5/7	111.21	3.42	8.56	6.36	3
	Какао на молоке	180	105.64	4.59	12.42	4.96	397
	ИТОГО		360.19	12.35	38.78	17.60	
2-й завтрак	Фрукта	115	59.80	0.30	13.19	0.20	
	ИТОГО		59.80	0.30	13.19	0.20	
Обед	Суп картофельный бобовый	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
	Бефстрогонов из отварного мяса	65	129.51	10.39	11.19	4.18	286
	Огурец/помидор (порционный)	30	3.00	0.16	0.56	0.02	
	Компот из свежих плодов	180	42.08	0.48	10.76	0.06	372
	Хлеб ржаной	30	77.70	2.55	12.75	0.99	
	ИТОГО		475.76	48.07	69.96	10.38	
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	33
	Хлеб пшеничный	20	48.40	1.70	8.50	0.66	
	Чай с лимоном	180	17.11	0.10	4.76	0.02	393
	ИТОГО		221.23	17.30	25.54	10.47	
ВСЕГО			1116.98	78.02	147.47	38.65	

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 (пшено)	150	115.64	4.80	17.51	6.51	204
	Бутерброд с маслом	25/5	97.90	2.16	10.67	4.46	1
	Чай с сахаром	180	17.01	0.09	4.76	0.02	392
	ИТОГО		230.55	7.05	32.94	10.99	
2-й завтрак	Сок	125	57.50	0.63	12.50	0.30	
	ИТОГО		57.50	0.63	12.50	0.30	
	Суп картофельный с клецками	180	89.62	2.19	14.04	2.65	80
	Зелень для блюда	1	0.54	0.04	0.08	0.01	
	Котлета мясная	75	125.00	15.63	15.20	8.66	282
	Капуста тушеная	110	84.17	1.82	8.88	5.15	132
	Компот из свежих плодов	180	40.18	0.19	9.72	0.01	372
	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 кипяченое)	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			1062.15	51.38	158.20	47.65	

Вторая неделя							
Вторник							
	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Каша молочнаяс крупой (овсяная)	150	122.85	4.90	15.74	6.80	93
	Бутерброд с сыром	20/5/7	111.21	3.42	8.56	6.36	3
	Какао на молоке	180	102.45	4.59	4.96	11.48	397
	ИТОГО		336.51	12.91	29.26	24.64	
2-й завтрак	Фрукта	115	59.80	0.30	13.19	0.20	
	ИТОГО		59.80	0.30	13.19	0.20	
Обед	Борщ красный	180	85.51	1.91	11.33	4.38	65
	Зелень для блюда	1	0.58	0.04	0.08	0.01	
		120	175.49	13.44	21.35	14.74	321
	Запеканка картофельная с печенью	30	50.00	1.30	4.80	3.00	278
	Огурец/помидор (порционный)	18	3.00	0.16	0.56	0.02	
	Компот из яблок и кураги	180	67.23	0.42	16.32	0.07	382
	Хлеб ржаной	30	77.70	2.55	12.75	0.99	
	ИТОГО		459.51	19.82	67.19	23.21	
Полдник	Тефтеля рыбная тушеная	65	58.87	10.97	5.06	3.79	261
	Яйцо	49	66.84	6.22	0.34	5.63	213
	Икра кабачковая свежая	45	44.10	0.72	3.39	2.84	53
	Хлеб пшеничный	25	60.50	2.13	10.63	0.83	
	Чай с лимоном	180	13.95	0.10	3.83	0.02	393
	ИТОГО		244.26	20.14	23.25	13.11	
ВСЕГО			1100.08	53.17	132.89	61.16	

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
	Бутерброд с маслом	25/5	97.90	2.16	10.67	4.46	1
	Чай с сахаром	180	17.14	0.10	4.77	0.02	392
	ИТОГО		237.66	6.47	32.70	9.79	
2-й завтрак	Сок	120	58.42	0.64	12.70	0.13	399
	ИТОГО		58.42	0.64	12.70	0.13	
Обед	Суп картофельный с макаронными	180	79.56	1.77	11.57	2.51	93
	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 свежих плодов	180	35.86	0.30	9.08	0.01	376
	Хлеб пшеничный	22	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			1038.60	39.99	145.64	39.91	

Вторая неделя							
Четверг							
		Ранний возраст от 1 года до 3 лет					

	Наименование блюда	Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	Рецептура
Завтрак	Каша молочная манная вязкая	150	136.64	4.55	17.64	5.41	92
	Бутерброд с сыром	20/5/7	111.21	3.42	8.56	6.36	3
	Кофейный напиток с молоком	180	39.45	0.12	0.10	5.16	395
	ИТОГО		287.30	8.09	26.30	16.93	
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	
	Гречневая каша рассыпчатая с маслом	180	155.54	10.51	10.30	19.98	1658
	Гуляш из отварного мяса						
	Огурец/помидор (порционный)	30	3.06	0.15	0.03	0.46	
	Кисель из сока	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 отварной с маслом и укропом	95	201.56	4.82	5.58	17.08	93
	Яйцо	49	66.84	6.22	0.34	5.63	
	икра из свеклы	30	3.06	0.15	0.03	0.46	
	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		333.53	12.98	6.63	35.44	
ВСЕГО			1051.91	43.95	50.62	126.08	

Вторая неделя			
Пятница			
		Ранний возраст от 1 года до 3 лет	

	Наименование блюда	Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	Рецептура
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	118.84	4.69	6.38	15.38	93
	Бутерброд с сыром	20/5/7	111.21	3.42	8.56	6.36	3
	Какао на молоке	180	84.55	4.53	3.98	11.77	397
	ИТОГО		314.60	12.64	18.92	33.51	
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 свежих плодов	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 лимоном		13.44	0.09	0.02	3.58	393
	ИТОГО		252.58	8.20	10.92	56.19	
ВСЕГО			1093.43	50.22	48.93	164.95	