

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №11 «Сказка» г. Феодосии Республики Крым»



Утверждаю

Заведующий Детский сад №11 "Сказка"

И.Д. Онуфриенко

Приказ № 101 от 02.06.2025

## Основное (организационное) меню

приготавливаемых блюд на летний период (июнь - август)

2025 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 молочная 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
	<b>ИТОГО</b>		<b>265,82</b>	<b>12,95</b>	<b>47,40</b>	<b>17,24</b>	
2-й завтрак	Фрукта	100	79,84	1,56	21,84	0,52	
	<b>ИТОГО</b>		<b>79,84</b>	<b>1,56</b>	<b>21,84</b>	<b>0,52</b>	
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
	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	376
	Хлеб пшеничный	20	48,40	1,70	8,50	0,66	
	Хлеб ржаной	30	62,70	2,55	12,75	0,99	
<b>ИТОГО</b>		<b>488,20</b>	<b>19,42</b>	<b>62,22</b>	<b>16,63</b>		
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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>289,29</b>	<b>18,93</b>	<b>39,69</b>	<b>16,32</b>	
<b>ВСЕГО</b>			<b>1123,15</b>	<b>52,86</b>	<b>171,15</b>	<b>50,71</b>	

**Первая неделя**

**Вторник**

	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак	Каша молочная манная вязкая	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
	<b>ИТОГО</b>		<b>349,77</b>	<b>12,31</b>	<b>39,62</b>	<b>803,40</b>	
2-й завтрак	Сок фруктовый	120	55,20	0,60	12,00	0,12	
	<b>ИТОГО</b>		<b>55,20</b>	<b>0,60</b>	<b>12,00</b>	<b>0,12</b>	
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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>376,61</b>	<b>19,99</b>	<b>52,52</b>	<b>9,51</b>	
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
	<b>ИТОГО</b>		<b>254,99</b>	<b>13,83</b>	<b>32,14</b>	<b>7,68</b>	
<b>ВСЕГО</b>			<b>1036,57</b>	<b>46,73</b>	<b>136,28</b>	<b>820,71</b>	

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 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
	<b>ИТОГО</b>		<b>222,72</b>	<b>7,06</b>	<b>32,46</b>	<b>10,04</b>	
2-й завтрак	Фрукта	115	59,80	0,30	13,19	0,20	
	<b>ИТОГО</b>		<b>59,80</b>	<b>0,30</b>	<b>13,19</b>	<b>0,20</b>	
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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>512,96</b>	<b>20,25</b>	<b>64,98</b>	<b>18,78</b>	
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	401
	Кондитерские изделия	25	63,25	1,88	18,60	2,45	
	<b>ИТОГО</b>		<b>318,82</b>	<b>18,64</b>	<b>43,63</b>	<b>18,55</b>	
<b>ВСЕГО</b>			<b>1114,30</b>	<b>46,25</b>	<b>154,26</b>	<b>47,57</b>	

**Первая неделя**

**Четверг**

	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
<b>Завтрак</b>	Каша гречневая рассыпчатая	95	108,19	3,37	<b>17,9</b>	3,03	165
	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
	<b>ИТОГО</b>		<b>216,44</b>	<b>7,06</b>	<b>121,55</b>	<b>9,52</b>	
<b>2-й завтрак</b>	Сок	120	55,20	0,60	12,00	0,12	
	<b>ИТОГО</b>		55,20	0,60	12,00	0,12	
<b>Обед</b>	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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>417,22</b>	<b>20,38</b>	<b>55,99</b>	<b>11,44</b>	
<b>Полдник</b>	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
	<b>ИТОГО</b>		<b>358,00</b>	<b>13,45</b>	<b>53,56</b>	<b>32,70</b>	
<b>ВСЕГО</b>			<b>1046,86</b>	<b>41,49</b>	<b>156,40</b>	<b>53,78</b>	

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 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
	<b>ИТОГО</b>		<b>324,78</b>	<b>10,66</b>	<b>38,76</b>	<b>15,53</b>	
2-й завтрак	Фрукта	115	59,80	0,30	13,19	0,20	
	<b>ИТОГО</b>		<b>59,80</b>	<b>0,30</b>	<b>13,19</b>	<b>0,20</b>	
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
	Бефстрогонов 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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>472,76</b>	<b>47,91</b>	<b>69,40</b>	<b>10,36</b>	
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
	Яйцо 1/2	25	33,42	3,11	0,17	2,80	
	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
	<b>ИТОГО</b>		<b>254,65</b>	<b>20,41</b>	<b>25,71</b>	<b>13,27</b>	
<b>ВСЕГО</b>			<b>1111,99</b>	<b>79,28</b>	<b>147,06</b>	<b>39,36</b>	

**Вторая неделя**

**Понедельник**

	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
<b>Завтрак</b>	Каша молочная с крупой (пшено)	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
	<b>ИТОГО</b>		<b>240,06</b>	<b>8,53</b>	<b>31,92</b>	<b>12,97</b>	
<b>2-й завтрак</b>	Сок	125	57,50	0,63	12,50	0,30	
	<b>ИТОГО</b>		<b>57,50</b>	<b>0,63</b>	<b>12,50</b>	<b>0,30</b>	
	Суп картофельный с рисом	180	89,62	2,19	14,04	2,65	58
	Зелень для блюда	1	0,54	0,04	0,08	0,01	
	Тефтеля мясная	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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>472,71</b>	<b>24,55</b>	<b>71,30</b>	<b>18,30</b>	
<b>Уолдник</b>	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	

<b>I</b>	<b>ИТОГО</b>		<b>301,39</b>	<b>19,15</b>	<b>41,46</b>	<b>18,06</b>	
	<b>ВСЕГО</b>		<b>1071,66</b>	<b>52,86</b>	<b>157,18</b>	<b>49,63</b>	

<b>Вторая неделя</b>							
<b>Вторник</b>							
	Наименование блюда	Ранний возраст от 1 года до 3 лет					Рецептура
		Выход блюда	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
<b>Завтрак</b>	Каша молочнаяс крупой (овсяная)	150	122,85	4,90	15,74	6,80	93
	Бутерброд с маслом	25/5	67,07	1,95	4,38	9,64	1
	Какао на молоке	180	102,45	4,59	4,96	11,48	397
	<b>ИТОГО</b>		<b>292,37</b>	<b>11,44</b>	<b>25,08</b>	<b>27,92</b>	
<b>2-й завтрак</b>	Фрукта	115	59,80	0,30	13,19	0,20	
	<b>ИТОГО</b>		<b>59,80</b>	<b>0,30</b>	<b>13,19</b>	<b>0,20</b>	
<b>Обед</b>	Борщ зеленый со сметаной	180	85,51	1,91	11,33	4,38	56
	Зелень для блюда	1	0,58	0,04	0,08	0,01	
	Картофель отварной с маслом	120	175,49	13,44	21,35	14,74	321
	Бефстрогонов из печени в сметанном соусе	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
	<b>ИТОГО</b>		<b>459,51</b>	<b>19,82</b>	<b>67,19</b>	<b>23,21</b>	
<b>к</b>	Тефтеля рыбная тушеная	65	58,87	10,97	5,06	3,79	255
	Яйцо	49	66,84	6,22	0,34	5,63	

Полдник	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 сахаром с лимоном	180	13,95	0,10	3,83	0,02	393
	<b>ИТОГО</b>		<b>244,26</b>	<b>20,14</b>	<b>23,25</b>	<b>13,11</b>	
<b>ВСЕГО</b>			<b>1055,94</b>	<b>51,70</b>	<b>128,71</b>	<b>64,44</b>	

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 масло, сыр	22/7/5	107,41	3,64	9,65	6,44	0
	Чай с сахаром	180	17,14	0,10	4,77	0,02	393
	<b>ИТОГО</b>		<b>247,17</b>	<b>7,95</b>	<b>31,68</b>	<b>11,77</b>	
2-й завтрак	Сок	120	58,42	0,64	12,70	0,13	
	<b>ИТОГО</b>		<b>58,42</b>	<b>0,64</b>	<b>12,70</b>	<b>0,13</b>	
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	22	54,60	1,92	9,59	0,74	
	Хлеб ржаной	30	77,70	2,55	12,75	0,99	
	<b>ИТОГО</b>		<b>366,09</b>	<b>14,51</b>	<b>61,08</b>	<b>11,79</b>	
Ужин	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

Полд	Кондитерское изделие	25	104,25	1,88	18,60	2,45	
	<b>ИТОГО</b>		<b>376,43</b>	<b>18,37</b>	<b>39,16</b>	<b>18,20</b>	
<b>ВСЕГО</b>			<b>1048,11</b>	<b>41,47</b>	<b>144,62</b>	<b>41,89</b>	

<b>Вторая неделя</b>							
<b>Четверг</b>							
		<b>Ранний возраст от 1 года до 3 лет</b>					
	<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>	<b>Ккал</b>	<b>Белки</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Жиры</b>	<b>Рецептура</b>
<b>Завтрак</b>	Каша молочная манная	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
	<b>ИТОГО</b>		<b>279,55</b>	<b>12,76</b>	<b>15,41</b>	<b>33,04</b>	
<b>2-й завтрак</b>	Фрукта	100	69,84	1,56	0,52	21,84	
	<b>ИТОГО</b>		<b>69,84</b>	<b>1,56</b>	<b>0,52</b>	<b>21,84</b>	
<b>Обед</b>	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	
	Гречневя каша	180	155,54	10,51	10,30	19,98	304
	Гуляш из отварного мяса						
	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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>361,24</b>	<b>21,32</b>	<b>17,17</b>	<b>51,87</b>	
<b>к</b>	Картофель отварнойс маслом	95	201,56	4,82	5,58	17,08	93
	Яйцо	49	66,84	6,22	0,34	5,63	

<b>Полдни</b>	Огурец/помидор (порционный)	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
	<b>ИТОГО</b>		<b>333,53</b>	<b>12,98</b>	<b>6,63</b>	<b>35,44</b>	
<b>ВСЕГО</b>			<b>1044,16</b>	<b>48,62</b>	<b>39,73</b>	<b>142,19</b>	

<b>Вторая неделя</b>							
<b>Пятница</b>							
		<b>Ранний возраст от 1 года до 3 лет</b>					
	<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>	<b>Ккал</b>	<b>Белки</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Жиры</b>	<b>Рецептура</b>
<b>Завтрак</b>	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
	<b>ИТОГО</b>		<b>291,29</b>	<b>11,38</b>	<b>14,82</b>	<b>37,82</b>	
<b>2-й завтрак</b>	Сок	115	54,11	0,59	0,12	11,76	
	<b>ИТОГО</b>		<b>54,11</b>	<b>0,59</b>	<b>0,12</b>	<b>11,76</b>	
<b>Обед</b>	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	
	<b>ИТОГО</b>		<b>472,14</b>	<b>28,79</b>	<b>18,97</b>	<b>63,49</b>	
<b>Ужин</b>	Оладьи	75	190,64	7,02	9,61	44,12	449
	Сгущенное молоко/с повидлом	20	48,50	1,09	1,29	8,49	

<b>Под</b>	Чай с сахаром и лимоном		13,44	0,09	0,02	3,58	393
	<b>ИТОГО</b>		<b>252,58</b>	<b>8,20</b>	<b>10,92</b>	<b>56,19</b>	
<b>ВСЕГО</b>			<b>1070,12</b>	<b>48,96</b>	<b>44,83</b>	<b>169,26</b>	