

Утверждаю
Приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад № 78»
От 08.04.2025 № 25-осн
О.В. Архипова



Основное организованное меню
МБДОУ «Детский сад № 78»

Возрастная категория: от 1,6 до 3 лет

Утверждаю:
Заведующая

О.В. Архипова

Меню приготовляемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 78"

Приложение № 8
к СанПиН 2,3/2,4,3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	Творожно-рисовая запеканка с вареньем	170	7,30	12,30	28,40	185,30	259/1
	Батон с маслом	27	1,59	4,89	10,40	123,60	72/73/1
	Чай с сахаром	180			7,99	32,20	457/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	377	8,89	17,19	46,79	341,1	
ОБЕД							
	Овощи отварные (морковь)	30	0,45	0,03	2,64	12,63	156/1
	Свекольник со сметаной	150	2,60	4,28	13,00	108,54	98/1
	Котлеты из говядины	50	9,40	7,30	10,57	171,35	339/1
	Гарнир гречневый	110	2,30	6,60	11,40	75,84	202/1
	Соус красный основной	30	0,60	0,96	4,43	29,03	422/1
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,31		7,00	30,00	495/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,22	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	560	18,4	19,63	66,86	513,23	
ПОЛДНИК							
	Ватрушка с повидлом	50	4,66	2,03	15,20	106,82	530/1
	Сок	180	0,45	0,15	20,20	94,35	501/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	5,11	2,18	35,4	201,17	
УЖИН							
	Рагу из овощей	180	4,30	5,60	25,28	175,86	176/1
	Какао с молоком	180	2,56	2,00	10,85	78,05	462/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,90	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	9,6	8	53,95	339,77	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1567	42	47	203	1395,27	

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1

Утверждаю:
Заведующий

О.В. Архипова

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 78"

Приложение № 8
к СанПиН 2,3/2,4,3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	Каша Полтавская молочная с маслом	130	4,80	5,84	20,18	156,93	236/1
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	31	2,64	4,91	13,50	95,07	573/1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,59	2,56	11,03	77,51	465/1
	Яйцо отварное	40	2,54	2,30	0,14	31,42	1/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	381	12,57	15,61	44,85	360,93	
ОБЕД							
	Овощи отварные (свекла)	30	0,32		0,68	4,00	156/1
	Щи из свежей капусты со сметаной	150	2,05	3,31	16,30	99,49	112/1
	Азу из говядины	50	3,80	6,40	18,30	186,30	330/1
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	3,20	6,30	20,37	65,20	256/3
	Сок	150	0,97	0,15	22,80	65,20	501/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,73	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	13,08	16,56	96,16	506,03	
ПОЛДНИК							
	Булочка домашняя	50	2,60	3,20	12,60	102,50	542/1
	Кисломолочный напиток (снежок, йогурт)	180	3,20	3,25	15,00	107,10	9/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	5,8	6,45	27,6	209,6	
УЖИН							
	Пюре картофельное	150	5,60	5,30	6,30	175,20	286/1
	Огурцы соленные (порционно)	30	0,80	1,28	4,87	25,30	406/1
	Чай с молоком	180	1,41	1,40	5,40	55,30	460/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	10,55	8,38	34,39	341,64	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1541	42	47	203	1418,2	

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	Каша пшеничная молочная с маслом	130	4,30	6,06	22,30	160,09	235/1
	Какао с молоком	180	1,42	1,46	8,04	51,08	462/1
	Батон с маслом и сыром	31	2,43	4,72	10,51	94,88	72/73/1
	Фрукты(яблоки,бананы)	95	0,28		6,86	28,56	10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	436	8,43	12,24	47,71	334,61	
ОБЕД							
	Огурцы свежие,соленые(порционно)	30	0,14	0,02	0,82	4,02	148/1
	Борщ из свежей капусты со сметаной	150	1,60	4,36	19,20	104,27	94/1
	Гарнир сложный	110	1,40	6,50	9,06	75,25	185/1
	Тефтели из говядины с рисом-"ёжики"	50	8,60	15,60	11,30	174,37	350/1
	Напиток из шиповника	150	0,41		16,00	48,77	496/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	14,89	26,88	74,2	492,52	
ПОЛДНИК							
	Кондитерские изделия (печенье,пряник,вафли)	30	1,44	0,84	23,31	106,56	11/0
	Молоко кипяченое	180	3,20	6,80	10,00	94,72	469/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	4,64	7,64	33,31	201,28	
УЖИН							
	Суфле рыбное	160	7,20	9,50	23,20	175,45	303/1
	Яйцо отварное	20	4,10	5,30	0,25	62,84	1/1
	Чай с сахаром	180			6,51	26,02	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,00	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	14,04	0,24	47,78	350,15	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1576	42	47	203	1378,56	

Утверждает: 
Заместитель: О.В. Артюхова

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 78"

Приложение № 8
к СанПиН 2.3.2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	Каша "Дружба" с маслом	130	3,14	4,16	22,00	138,37	229/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,13	3,20	10,20	80,84	465/1
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	31	2,00	4,30	10,07	89,42	573/1
	Фрукты (яблоки, бананы)	95	0,28		12,00	28,56	10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	436	8,55	11,66	54,27	337,19	
ОБЕД							
	Овощи отварные (свекла)	30	0,45	0,03	5,00	12,63	156/1
	Рассольник со сметаной	150	1,80	4,20	14,25	105,64	115/1
	Суфле из печени	50	8,60	5,00	3,50	136,27	373/1
	Гарнир рисовый с овощами	110	3,10	9,05	7,69	129,53	388/1
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,32		8,60	25,28	495/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	17,01	18,68	56,86	495,19	
ПОЛДНИК							
	Пирожок с капустой (картофель)	50	2,50	2,81	19,00	107,90	811/1
	Сок	180	0,45	0,15	22,80	94,35	501/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	2,95	2,96	41,8	202,25	
УЖИН							
	Творожно-морковное суфле с вареньем	160	6,60	8,00	25,00	186,00	189/1
	Яйцо отварное	20	4,10	5,30	0,25	62,04	1/1
	Чай с лимоном	180	0,05		7,00	22,97	459/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	13,49	13,7	50,07	356,85	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1596	42	47	203	1391,48	

Приним таблицы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	Каша "Геркулес" с маслом	130	5,39	5,67	21,08	156,92	234/1
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	31	2,65	5,53	10,10	100,73	573/1
	Какао с молоком	180	1,42	1,46	8,04	51,08	462/1
	Фрукты (яблоки, бананы)	95	0,28		6,86	28,56	10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	436	9,74	12,66	46,08	337,29	
ОБЕД							
	Огурцы свежие, соленные (порционно)	30	0,44	0,03	2,35	11,46	156/1
	Суп с клецками на к.б. со сметаной	150	2,34	5,60	12,05	110,43	101/1
	Бифштекс из мяса птицы	50	11,20	7,30	7,42	142,24	357/1
	Пюре из гороха	110	1,63	5,35	16,73	87,23	385/1
	Кисель из варенья	150	0,06		17,41	69,85	483/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	18,41	18,68	73,78	507,05	
ПОЛДНИК							
	Кондитерские изделия (печенье, пряник, вафли)	30	1,44	0,84	20,20	106,56	11/0
	Молоко кипяченое	180	4,64	5,12	7,52	94,72	469/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	6,08	5,96	27,72	201,28	
УЖИН							
	Запеканка капустная	150	4,05	9,30	22,50	203,19	152/1
	Соус сметанный	30	0,57		2,31	11,52	7/1
	Напиток из шиповника	180	0,41		12,79	52,76	496/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	7,77	9,7	55,42	353,31	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1576	42	47	203	1398,93	

Утверждено:
Заслуженный

О.В.Архипова

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория : ясли МБДОУ "Детский сад № 78"

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	Пудинг творожный с вареньем	170	3,20	5,20	30,60	185,30	204/1
	Батон с маслом	27	1,59	4,89	12,30	125,30	72/73/1
	Чай с сахаром	180			6,01	24,04	457/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	377	4,79	10,09	48,91	334,64	
ОБЕД							
	Лук репчатый (порционно)	30	0,30	0,03	3,63	15,60	156/1
	Суп рыбный	150	5,62	6,35	15,09	117,67	122/1
	Бигус	160	10,40	14,17	14,60	229,55	329/1
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,32		7,00	56,30	495/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	52,30	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,17	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	19,38	20,88	58,14	510,38	
ПОЛДНИК							
	Пирожок с повидлом	50	3,56	2,22	20,49	111,18	530/1
	Сок	180	0,40	0,15	22,80	94,35	501/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	3,96	2,37	43,29	205,53	
УЖИН							
	Запеканка картофельная с печенью	150	8,62	6,57	18,40	145,30	285/1
	Соус сметанный	30	0,41	4,36	4,00	25,72	406/1
	Кофейный напиток	180	2,10	2,33	12,44	95,27	465/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	13,87	13,66	52,66	352,13	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1537	42	47	203	1402,68	

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 6

Пример позвола	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	Капша пшеничная молочная с маслом	160	3,95	3,89	22,40	125,30	232/1
	Какао с молоком	180	2,56	2,71	9,85	74,04	462/1
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	31	2,91	5,80	10,14	135,40	573/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	371	9,42	12,4	42,39	334,74	
ОБЕД							
	Овощи отварные (морковь)	30	0,39	0,03	2,07	23,60	156/1
	Суп "Кудрявый" со сметаной	150	1,93	4,24	12,30	115,20	104/1
	Плов из говядины	160	7,60	9,80	12,60	170,04	325/1
	Сок	150	0,45	0,15	22,80	94,35	501/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	11,88	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	56,30	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	13,11	14,62	69,63	506,37	
ПОЛДНИК							
	Сдоба обыкновенная	50	1,80	4,66	12,40	103,00	451/1
	Кисломолочный напиток (снежок, йогурт)	180	3,56	3,50	15,12	107,10	6/0
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	5,36	8,16	27,52	210,1	
УЖИН							
	Макаронные изделия отварные с маслом	140	10,20	11,42	37,88	224,08	185/1
	Яйцо отварное	40	1,10		0,51	11,60	156/1
	Чай с лимоном	180	0,07		7,25	29,28	459/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	14,11	11,82	63,46	350,8	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1531	42	47	203	1402,01	

Дресс-код	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	Вареники на молоке с маслом	130	2,35	4,93	18,85	136,88	139/1
	Кофейный напиток с молоком	180	1,91	1,86	9,81	63,56	465/1
	Батон с маслом и сыром	31	2,89	6,22	10,58	109,76	72/73/1
	Фрукты (яблоко, банан)	95	0,28		6,86	28,56	10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	436	7,43	13,01	46,1	338,76	
ОБЕД							
	Огурцы свежие, соленные (порционно)	30	0,12	0,02	0,82	8,60	148/1
	Суп с гречневой крупой со сметаной	150	2,50	4,73	15,60	165,30	114/1
	Жаркое по-домашнему	160	8,60	12,45	24,40	198,20	328/1
	Напиток из шиповника	150	0,41		12,74	52,76	496/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	14,37	17,6	71,38	510,7	
ПОЛДНИК							
	Кондитерские изделия (пряник, печенье, вафля)	30	2,25	3,54	22,47	130,74	11/0
	Молоко	180	3,77	4,16	6,11	76,96	469/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	6,02	7,7	28,58	207,7	
УЖИН							
	Рыбные котлеты	50	6,50	3,88	12,30	89,50	307/1
	Гарнир ячневый	110	2,40	2,11	19,67	109,82	208/1
	Яйцо отварное	20	2,54	2,30	0,14	31,42	1/1
	Чай с сахаром	180			7,01	28,01	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	14,18	8,69	56,94	344,59	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1576	42	47	203	1401,75	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория : ясли МБДОУ "Детский сад № 78"

Пример таблицы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	Каша ячневая вязкая с маслом	130	2,60	5,20	21,81	150,84	227/1
	Какао с молоком	180	2,14	2,26	7,42	75,30	462/1
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	31	2,91	5,67	10,14	103,16	573/1
	Фрукты (яблоко, банан)	95	0,28		6,86	28,56	10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	436	7,93	13,13	46,23	357,86	
ОБЕД							
	Овощи отварные (свекла)	30	0,57		3,00	11,52	7/1
	Суп гороховый со сметаной и с сухарикам	150	1,06	2,12	7,20	79,50	129/1
	Печень по-строгановски	50	12,33	6,90	7,80	168,33	373/2/1
	Пюре картофельное	110	3,88	3,10	23,38	133,29	207/1
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,27		8,00	28,60	495/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	20,85	12,52	67,2	507,08	
ПОЛДНИК							
	Булочка российская	50	3,21	6,80	11,10	108,93	544/1
	Сок	180	0,45	0,15	22,80	94,35	8/0
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	3,66	6,95	33,9	203,28	
УЖИН							
	Сырники из творога	150	5,20	6,80	27,00	180,50	193/1
	Соус молочный сладкий	30	1,55	7,20	4,60	62,45	408/1
	Чай с лимоном	180	0,07		6,25	25,29	459/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	9,56	14,4	55,67	354,08	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1596	42	47	203	1422,3	

Меню приготавливаемых блюд
категория : ясли МБДОУ "Детский сад № 78"

Возрастная

Приложение № 8
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	ПОНЕДЕЛЬНИК 2 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	Каши манная молочная жидкая	130	3,20	4,99	17,92	133,68	230/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,64	2,66	9,18	71,18	465/1
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	31	2,91	5,80	10,14	104,30	573/1
	Фрукты (яблоко, банан)	95	0,28		6,86	28,56	10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	406	9,03	13,45	44,1	337,72	
ОБЕД							
	Огурцы свежие, соленные (порционно)	30	0,44	0,03	5,30	11,46	156/1
	Суп с макаронными изделиями к.б.	150	1,80	1,51	7,47	55,46	127/1
	Биточки из мяса птицы	50	6,30	10,60	9,60	149,70	356/1
	Гарнир перловый с овощами	110	2,00	3,07	23,39	142,51	377/1
	Компот из кураги	150	0,62		11,11	46,94	494/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	13,9	15,61	74,69	491,91	
ПОЛДНИК							
	Кондитерские изделия (пряник, печенье, вафля)	30	1,44	0,84	20,00	106,56	11/0
	Молоко кипяченое	180	4,64	5,12	7,52	94,72	469/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	6,08	5,96	27,52	201,28	
УЖИН							
	Картофель по-деревенски	150	8,80	9,50	23,50	219,30	282/1
	Икра кабачковая	30	0,75		3,07	15,36	7
	Чай с молоком	180	1,14	2,08	12,30	32,30	460/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,10	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,24	7,98	45,60	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	12,99	11,98	56,69	359,44	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1546	42	47	203	1390,35	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	15642	420	470	2030	14001,53	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1564,2	42	47	203	1400,153	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		14	27	52		