



**УТВЕРЖДАЮ**  
**Заведующий МБДОУ**  
**«Детский сад №199»**

**А.С. Легостаева**

*Приказ № 28-сен от 19.01.25*

## **ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ**

**возрастная категория от 1,5 до 3 лет**

**МБДОУ «Детский сад №199»**

**г. Барнаул 2025**

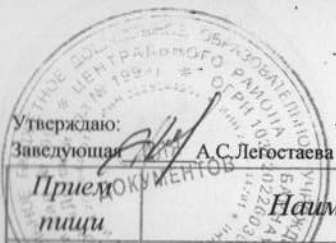
## ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ

При изготовлении блюд, включенных в меню, используются продукты содержанием йода:

- Молоко йодированное;
- Соль йодированная;
- Хлеб йодированный.

### Используемая литература:

- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций.
- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, Уральский региональный центр питания (г.Пермь), 2021 год. Под редакцией А.Я.Перевалова и Н.В. Тапешкина.
- Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Могильный М.П., Тутельян В.А., Москва, 2016 год
- Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях, Новосибирск 2022



Утверждаю:  
Заведующая А.С. Лёгостаева

# Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

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

| Прием<br>пищи | Наименование блюда                        | Вес<br>блюда | Пищевые вещества, г. |       |        | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | рецептур |
|---------------|-------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|----------|
|               |                                           |              | Б                    | Ж     | У      |                                |          |
|               | НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1                           |              |                      |       |        |                                |          |
| ЗАВТРАК       |                                           |              |                      |       |        |                                |          |
|               | Каша "Дружба" молочная с маслом           | 140          | 4,80                 | 6,09  | 21,81  | 154,57                         | 229      |
|               | Бутерброд с маслом                        | 30           | 1,59                 | 3,28  | 12,39  | 78,75                          | 71,00    |
|               | Чай с сахаром                             | 180          |                      |       | 7,00   | 28,02                          | 54-2гн   |
|               | Яйцо вареное                              | 40           | 5,08                 | 4,60  | 0,28   | 62,84                          | 267      |
|               | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                          | 390          | 6,39                 | 9,37  | 41,48  | 324,18                         |          |
| ОБЕД          |                                           |              |                      |       |        |                                |          |
|               | Закуска из лука ( вареная морковь порц. С | 30           | 0,42                 | 2,06  | 2,48   | 30,12                          | 11       |
|               | Суп полевой со смет.                      | 150          | 1,84                 | 4,55  | 11,67  | 100,31                         | 86       |
|               | Котлеты из говядины                       | 60           | 9,48                 | 10,04 | 6,14   | 152,79                         | 299      |
|               | Капуста тушена                            | 110          | 2,72                 | 2,62  | 7,67   | 65,11                          | 380      |
|               | Компот из св. яблок и изюма с вит.С       | 150          | 0,12                 |       | 10,28  | 41,56                          | 54-4хн   |
|               | Хлеб пшеничный формовой                   | 20           | 1,70                 | 0,20  | 8,80   | 43,80                          | 573/1    |
|               | Хлеб ржаной                               | 20           | 1,22                 | 0,24  | 7,98   | 39,80                          | 574/1    |
|               | ИТОГО ЗА ОБЕД                             | 540          | 17,5                 | 19,71 | 55,02  | 473,49                         |          |
| ПОЛДНИК       |                                           |              |                      |       |        |                                |          |
|               | Печенье                                   | 30           | 2,03                 | 2,65  | 20,09  | 112,27                         | 582      |
|               | Сок                                       | 170          |                      |       | 2,58   | 106,93                         | 418      |
|               | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК                          | 200          | 2,03                 | 2,65  | 22,67  | 219,2                          |          |
| УЖИН          |                                           |              |                      |       |        |                                |          |
|               | Сырники из творога                        | 100          | 22,97                | 7,72  | 17,20  | 194,91                         | 176/1    |
|               | Соус молочный сладкий                     | 25           | 1,19                 | 1,61  | 4,54   | 31,12                          | 406      |
|               | Какао с молоком                           | 160          | 2,43                 | 2,12  | 7,83   | 60,15                          | 462/1    |
|               | Хлеб пшеничный формовой                   | 20           | 1,70                 | 0,20  | 8,80   | 43,80                          | 573/1    |
|               | Хлеб ржаной                               | 20           | 1,50                 | 0,20  | 8,00   | 39,80                          | 574/1    |
|               | Яблоки                                    | 95           | 0,37                 |       | 9,31   | 38,76                          | 446      |
|               | ИТОГО ЗА УЖИН                             | 420          | 30,16                | 11,85 | 55,68  | 408,54                         |          |
|               | ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ                           | 1550         | 56,08                | 43,58 | 174,85 | 1425,41                        |          |



Утверждаю:  
Запедающая: А.С. Легостаева

# Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

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

| Прием<br>пищи   | Наименование блюда                          | Вес<br>блюда | Пищевые вещества, г. |       |        | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептур |
|-----------------|---------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------|
|                 |                                             |              | Б                    | Ж     | У      |                                |               |
| НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2 |                                             |              |                      |       |        |                                |               |
| ЗАВТРАК         |                                             |              |                      |       |        |                                |               |
|                 | Каша молочная из "Геркулеса" жидкая         | 130          | 4,66                 | 5,99  | 17,25  | 136,33                         | 54-29к        |
|                 | Батон с маслом, сыром                       | 32           | 3,41                 | 5,09  | 10,17  | 100,11                         | 72/73/1       |
|                 | Кофейный напиток с молоком                  | 150          | 2,58                 | 2,66  | 10,72  | 77,12                          | 465           |
|                 | Яблоки                                      | 95           | 0,33                 |       | 8,08   | 33,63                          | 446           |
|                 | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                            | 407          | 10,98                | 13,74 | 46,22  | 347,19                         |               |
| ОБЕД            |                                             |              |                      |       |        |                                |               |
|                 | Икра кабачковая                             | 30           | 0,15                 |       | 1,16   | 5,24                           | 150           |
|                 | Суп из овощей с зел.гор.со смет, на кур.б-н | 150          | 1,50                 | 3,07  | 7,98   | 68,28                          | 116           |
|                 | Суфле куриное                               | 60           | 13,51                | 15,42 | 1,90   | 186,79                         | 368           |
|                 | Каша вязкая пеловая с маслом                | 110          | 2,32                 | 2,73  | 16,39  | 99,41                          | 216           |
|                 | Кисель из прот.ягоды с сахаром              | 150          | 0,08                 |       | 18,73  | 75,23                          | 401           |
|                 | Хлеб пшеничный формовой                     | 20           | 1,52                 | 0,16  | 9,84   | 43,80                          | 573/1         |
|                 | Хлеб ржаной                                 | 20           | 1,22                 | 0,24  | 7,98   | 39,80                          | 574/1         |
|                 | ИТОГО ЗА ОБЕД                               | 540          | 20,3                 | 21,62 | 63,98  | 518,55                         |               |
| ПОЛДНИК         |                                             |              |                      |       |        |                                |               |
|                 | Булочка домашняя                            | 52           | 4,29                 | 5,57  | 28,87  | 174,17                         | 530/1         |
|                 | Кефир                                       | 150          | 4,35                 | 4,80  | 5,85   | 75,15                          | 420           |
|                 | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК                            | 202          | 8,64                 | 10,37 | 34,72  | 249,32                         |               |
| УЖИН            |                                             |              |                      |       |        |                                |               |
|                 | Фрикадельки рыбные из минтая                | 60           | 9,90                 | 1,03  | 5,14   | 104,22                         | 146           |
|                 | Свекла тушеная в сметане                    | 140          | 2,20                 | 2,74  | 12,14  | 94,06                          | 145           |
|                 | Чай с сахаром                               | 180          |                      |       | 7,00   | 28,01                          | 54-2гн        |
|                 | Хлеб пшеничный формовой                     | 20           | 1,52                 | 0,16  | 9,84   | 43,80                          | 573/1         |
|                 | Хлеб ржаной                                 | 10           | 1,22                 | 0,24  | 7,98   | 19,90                          | 574/1         |
|                 | ИТОГО ЗА УЖИН                               | 410          | 14,84                | 4,17  | 42,10  | 289,99                         |               |
|                 | ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ                             | 1559         | 54,76                | 49,9  | 187,02 | 1405,05                        |               |

Сформировано 14:31 15.11.24



# Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

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

| Прием пищи | Наименование блюда                 | Вес блюда       | Пищевые вещества, г. |       |       | Энергет. ценность (ккал) | рецептур |  |
|------------|------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|--------------------------|----------|--|
|            |                                    |                 | Б                    | Ж     | У     |                          |          |  |
|            | НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3                    |                 |                      |       |       |                          |          |  |
| ЗАВТРАК    |                                    |                 |                      |       |       |                          |          |  |
|            | Каша гречневая молочная с маслом   | 150             | 5,84                 | 5,88  | 22,72 | 161,93                   | 54-20к   |  |
|            | Батон с маслом                     | 35              | 2,35                 | 3,32  | 14,85 | 89,70                    | 72/73/1  |  |
|            | Какао с молоком                    | 180             | 3,12                 | 3,34  | 11,78 | 98,92                    | 462      |  |
|            | Яблоки                             | 95              | 0,38                 |       | 9,31  | 38,76                    | 446      |  |
|            | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                   | 460             | 11,69                | 12,54 | 58,66 | 389,31                   |          |  |
| ОБЕД       |                                    |                 |                      |       |       |                          |          |  |
|            | Овощи отварные (свекла)            | 30              | 0,51                 | 0,03  | 2,97  | 14,23                    | 54-28з   |  |
|            | Рассольник ленинградский, со смет. | 150             | 1,65                 | 3,44  | 11,96 | 94,58                    | 98/1     |  |
|            | Суфле из печени запеченное         | 60              | 11,69                | 5,37  | 4,60  | 112,17                   | 355      |  |
|            | Пюре картофельное                  | 110             | 2,65                 | 3,50  | 17,44 | 111,87                   | 377      |  |
|            | Соус сметанный                     | 10              | 0,40                 | 1,69  | 1,68  | 17,38                    | 408      |  |
|            | Компот из смеси сухофруктов        | 150             | 0,23                 |       | 6,99  | 28,89                    | 495/1    |  |
|            | Хлеб пшеничный формовой            | 20              | 1,52                 | 0,16  | 9,84  | 43,80                    | 573/1    |  |
|            | Хлеб ржаной                        | 20              | 1,22                 | 0,24  | 7,98  | 39,80                    | 574/1    |  |
|            |                                    | ИТОГО ЗА ОБЕД   | 550                  | 19,87 | 14,43 | 63,46                    | 462,72   |  |
| ПОЛДНИК    |                                    |                 |                      |       |       |                          |          |  |
|            | Булочка сдобная                    | 52              | 4,29                 | 5,57  | 28,78 | 173,12                   | 541      |  |
|            | Сок                                | 170             | 0,51                 | 0,17  | 25,84 | 61,20                    | 501/1    |  |
|            | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК                   | 222             | 4,8                  | 5,74  | 54,62 | 234,32                   |          |  |
| УЖИН       |                                    |                 |                      |       |       |                          |          |  |
|            | Запеканка морковная                | 160             | 6,32                 | 5,93  | 21,09 | 163,90                   | 167      |  |
|            | Соус молочный сладкий              | 40              | 1,44                 | 1,83  | 7,01  | 50,35                    | 369      |  |
|            | Чай с сахаром                      | 180             |                      |       | 8,00  | 32,01                    | 54-4гн   |  |
|            | Хлеб пшеничный формовой            | 20              | 2,28                 | 24,00 | 14,76 | 43,80                    | 573/1    |  |
|            | Хлеб ржаной                        | 10              | 0,61                 | 0,12  | 3,99  | 19,90                    | 574/1    |  |
|            |                                    | ИТОГО ЗА УЖИН   | 410                  | 10,65 | 31,88 | 54,85                    | 309,96   |  |
|            |                                    | ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ | 1642                 | 47,01 | 64,59 | 231,59                   | 1396,31  |  |



# Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

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

| Прием пищи      | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества, г. |       |        | Энергет. ценность (ккал) | Лит. рецептур |
|-----------------|--------------------------------------|-----------|----------------------|-------|--------|--------------------------|---------------|
|                 |                                      |           | Б                    | Ж     | У      |                          |               |
| НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4 |                                      |           |                      |       |        |                          |               |
| ЗАВТРАК         |                                      |           |                      |       |        |                          |               |
|                 | Суп молочный с макаронными изделиями | 150       | 4,38                 | 4,44  | 14,42  | 112,33                   | 100           |
|                 | Батон с маслом и сыром               | 35        | 3,67                 | 5,36  | 10,21  | 103,45                   | 72/73/1       |
|                 | Кофейный напиток с молоком           | 150       | 3,10                 | 3,20  | 12,65  | 85,87                    | 465           |
|                 | Яблоки                               | 95        | 0,38                 |       | 9,31   | 38,76                    | 446           |
|                 | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                     | 430       | 11,53                | 13    | 46,59  | 340,41                   |               |
| ОБЕД            |                                      |           |                      |       |        |                          |               |
|                 | Огурцы соленые/свежие овощи порц.    | 30        | 0,24                 | 0,03  | 0,51   | 3,90                     |               |
|                 | Суп " Волна"                         | 150       | 2,27                 | 2,33  | 10,92  | 73,74                    | 112           |
|                 | Котлеты из говядины                  | 60        | 12,50                | 12,15 | 5,44   | 176,40                   | 322           |
|                 | Гороховое пюре                       | 110       | 8,05                 | 3,24  | 19,37  | 138,84                   | 389           |
|                 | Компот из смеси сухофруктов с вит.С  | 150       | 0,23                 |       | 6,99   | 28,89                    | 495/1         |
|                 | Хлеб пшеничный формовой              | 20        | 1,52                 | 0,16  | 9,84   | 43,80                    | 573/1         |
|                 | Хлеб ржаной                          | 10        | 1,22                 | 0,24  | 7,98   | 19,90                    | 574/1         |
|                 | ИТОГО ЗА ОБЕД                        | 530       | 26,03                | 18,15 | 61,05  | 485,47                   |               |
| ПОЛДНИК         |                                      |           |                      |       |        |                          |               |
|                 | Булочка витая                        | 50        | 4,29                 | 5,57  | 28,78  | 180,75                   | 541           |
|                 | Снежок                               | 150       | 0,45                 | 0,15  | 20,20  | 62,60                    | 501/1         |
|                 | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК                     | 200       | 4,74                 | 5,72  | 48,98  | 243,35                   |               |
| УЖИН            |                                      |           |                      |       |        |                          |               |
|                 | Шницель рыбный натуральный           | 60        | 8,16                 | 3,12  | 5,39   | 89,77                    | 310           |
|                 | Картофель в молоке                   | 140       | 3,73                 | 4,24  | 22,49  | 146,04                   | 136           |
|                 | Чай с сахаром                        | 180       |                      |       | 7,00   | 28,01                    | 54-2гн        |
|                 | Хлеб пшеничный формовой              | 20        | 1,52                 | 0,16  | 9,84   | 43,80                    | 573/1         |
|                 | Хлеб ржаной                          | 10        | 0,61                 | 0,12  | 3,99   | 19,90                    | 574/1         |
|                 | ИТОГО ЗА УЖИН                        | 410       | 14,02                | 7,64  | 48,71  | 327,52                   |               |
|                 | ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ                      | 1570      | 56,32                | 44,51 | 205,33 | 1396,75                  |               |

Сформировано: 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1

Утверждаю:  
Заведующий: А.С. Петостасва

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

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

| Прием<br>пищи   | Наименование блюда           | Вес<br>блюда | Пищевые вещества, г. |       |        | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептур |
|-----------------|------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------|
|                 |                              |              | Б                    | Ж     | У      |                                |               |
| НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5 |                              |              |                      |       |        |                                |               |
| ЗАВТРАК         |                              |              |                      |       |        |                                |               |
|                 | Пудинг из творога с яблоками | 130          | 16,10                | 6,47  | 10,85  | 162,59                         | 254           |
|                 | Соус молочный                | 20           | 0,70                 | 1,13  | 4,66   | 31,55                          | 406           |
|                 | Бутерброды смаслом           | 25           | 1,59                 | 3,24  | 9,93   | 67,80                          | 72/73/1       |
|                 | Кака с молоком               | 150          | 3,12                 | 3,34  | 11,78  | 80,40                          | 462           |
|                 | Яблоко                       | 65           | 0,24                 |       | 5,88   | 24,48                          | 446           |
|                 | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК             | 390          | 21,75                | 14,18 | 43,1   | 366,82                         |               |
| ОБЕД            |                              |              |                      |       |        |                                |               |
|                 | Овощи отварные (морковь)     | 30           | 0,44                 | 0,03  | 2,33   | 11,36                          | 54-27з        |
|                 | Борщ с капустой и картофелем | 150          | 1,90                 | 3,58  | 11,02  | 83,86                          | 95            |
|                 | Жаркое по-домашнему          | 150          | 16,33                | 14,91 | 18,64  | 262,77                         | 328           |
|                 | Сок                          | 170          |                      |       | 2,58   | 10,34                          | 501           |
|                 | Хлеб пшеничный формовой      | 20           | 1,52                 | 0,16  | 9,84   | 43,80                          | 573/1         |
|                 | Хлеб ржаной                  | 20           | 1,22                 | 0,24  | 7,98   | 39,80                          | 574/1         |
|                 | ИТОГО ЗА ОБЕД                | 540          | 21,41                | 18,92 | 52,39  | 451,93                         |               |
| ПОЛДНИК         |                              |              |                      |       |        |                                |               |
|                 | Пряники                      | 30           | 1,44                 | 0,84  | 23,31  | 106,56                         | 581           |
|                 | Молоко кип.                  | 170          | 4,93                 | 5,44  | 7,99   | 89,93                          | 469           |
|                 | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК             | 200          | 6,37                 | 6,28  | 31,3   | 196,49                         |               |
| УЖИН            |                              |              |                      |       |        |                                |               |
|                 | Макаронник с печенью         | 100          | 11,82                | 6,42  | 24,18  | 201,80                         | 264           |
|                 | Отварные овощи               | 100          | 1,68                 | 2,11  | 9,86   | 47,15                          | 338           |
|                 | Хлеб пшеничный формовой      | 20           | 1,52                 | 0,16  | 9,84   | 43,80                          | 573/1         |
|                 | Хлеб столичный               | 10           | 0,61                 | 0,12  | 3,99   | 19,90                          |               |
|                 | Чай с молоком                | 180          | 2,67                 | 2,94  | 11,33  | 82,47                          | 54-4гн        |
|                 | ИТОГО ЗА УЖИН                | 410          | 18,3                 | 11,75 | 59,2   | 395,12                         |               |
|                 | ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ              | 1540         | 67,83                | 51,13 | 185,99 | 1410,36                        |               |

Сформировано 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24

2



## Меню приготавливаемых блюд

## Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

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

| Присм<br>тиции | Наименование блюда              | Вес<br>блюда | Пищевые вещества, г. |              |               | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | Лит<br>рецептур |
|----------------|---------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-----------------|
|                |                                 |              | Б                    | Ж            | У             |                                |                 |
|                | <b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6</b>          |              |                      |              |               |                                |                 |
| ЗАВТРАК        |                                 |              |                      |              |               |                                |                 |
|                | Яйцо вареное                    | 40           | 5,08                 | 4,60         | 0,28          | 62,84                          | 259/1           |
|                | Каша манная молочная            | 150          | 4,21                 | 5,49         | 17,88         | 137,77                         | 54-27к          |
|                | Бутерброд с маслом              | 37           | 1,59                 | 3,24         | 9,93          | 99,30                          | 72/73/1         |
|                | Чай с сахаром                   | 180          |                      |              | 7,00          | 28,01                          | 457/1           |
|                | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>         | <b>407</b>   | <b>10,88</b>         | <b>13,33</b> | <b>35,09</b>  | <b>327,92</b>                  |                 |
| ОБЕД           |                                 |              |                      |              |               |                                |                 |
|                | Икра кабачковая                 | 30           | 0,09                 | 0,01         | 0,62          | 2,93                           | 150             |
|                | Щи из св. капусты с картофелем  | 150          | 1,71                 | 4,56         | 9,34          | 85,23                          | 54-1с           |
|                | Тефтели мясные                  | 60           | 10,02                | 9,17         | 5,72          | 145,46                         | 303             |
|                | Каша пшеничная с маслом         | 110          | 4,05                 | 2,71         | 17,57         | 110,87                         | 223             |
|                | Компот из св.яблок и изюма      | 150          | 0,23                 |              | 7,00          | 28,90                          | 54-1хн          |
|                | Хлеб пшеничный формовой         | 20           | 1,52                 | 0,22         | 9,84          | 43,80                          | 573/1           |
|                | Хлеб ржаной                     | 20           | 1,22                 | 0,24         | 7,98          | 39,80                          | 574/1           |
|                | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>            | <b>540</b>   | <b>18,84</b>         | <b>16,91</b> | <b>58,07</b>  | <b>456,99</b>                  |                 |
| ПОЛДНИК        |                                 |              |                      |              |               |                                |                 |
|                | Печенье                         | 30           | 2,25                 | 3,54         | 22,47         | 112,27                         | 582             |
|                | Молоко кип.                     | 170          | 4,93                 | 5,44         | 7,99          | 100,64                         | 469             |
|                | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>         | <b>200</b>   | <b>7,18</b>          | <b>8,98</b>  | <b>30,46</b>  | <b>212,91</b>                  |                 |
| УЖИН           |                                 |              |                      |              |               |                                |                 |
|                | Запеканка из творога с морковью | 120          | 15,82                | 8,52         | 12,93         | 191,71                         | 189             |
|                | Соус молочный                   | 20           | 0,80                 | 1,14         | 3,37          | 26,90                          | 369             |
|                | Какао с молоком                 | 180          | 5,44                 | 5,90         | 15,54         | 125,17                         | 416             |
|                | Хлеб пшеничный формовой         | 20           | 1,52                 | 0,16         | 9,84          | 43,80                          | 573/1           |
|                | Яблоко                          | 60           | 0,24                 |              | 5,88          | 24,48                          | 446             |
|                | <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>            | <b>400</b>   | <b>23,82</b>         | <b>15,72</b> | <b>47,56</b>  | <b>412,06</b>                  |                 |
|                | <b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>          | <b>1547</b>  | <b>60,72</b>         | <b>54,94</b> | <b>171,18</b> | <b>1409,88</b>                 |                 |

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1



# Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

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

| Наименование блюда |                                       | Вес<br>блюда     | Пищевые вещества, г. |       |       | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептур |
|--------------------|---------------------------------------|------------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|---------------|
|                    |                                       |                  | Б                    | Ж     | У     |                                |               |
| ЗАВТРАК            | НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7                       |                  |                      |       |       |                                |               |
|                    | Пшеничная каша                        |                  | 130                  | 5,83  | 6,49  | 24,39                          | 150,55        |
|                    | Бутерброды с маслом и сыром           |                  | 33                   | 4,19  | 5,89  | 10,28                          | 96,32         |
|                    | Кофейный напиток с молоком            |                  | 150                  | 3,10  | 3,20  | 12,65                          | 80,20         |
|                    | Яблоко                                |                  | 95                   | 0,24  |       | 5,88                           | 38,76         |
| ОБЕД               | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                      |                  | 408                  | 13,36 | 15,58 | 53,2                           | 365,83        |
|                    | Закуска из лука                       |                  | 30                   | 0,42  | 1,06  | 2,48                           | 21,13         |
|                    | Суп-лапша на курином бульоне, с яйцом |                  | 150                  | 4,29  | 4,65  | 12,67                          | 109,64        |
|                    | Биточки рубленые из курицы            |                  | 60                   | 14,45 | 15,79 | 5,51                           | 153,59        |
|                    | Пюре из свеклы                        |                  | 120                  | 1,94  | 1,97  | 11,23                          | 75,48         |
|                    | Компот из св.яблок и изюма с вит,С    |                  | 150                  | 0,20  |       | 12,24                          | 48,64         |
|                    | Хлеб пшеничный формовой               |                  | 20                   | 1,52  | 0,22  | 9,84                           | 43,80         |
|                    | Хлеб ржаной                           |                  | 20                   | 1,22  | 0,24  | 7,98                           | 39,80         |
|                    | ИТОГО ЗА ОБЕД                         |                  | 550                  | 24,04 | 23,93 | 61,95                          | 492,08        |
|                    | ПОЛДНИК                               | Булочка дорожная |                      | 50    | 4,31  | 6,31                           | 28,80         |
| Кефир              |                                       | 150              | 0,13                 | 0,10  | 0,51  | 62,60                          |               |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК   |                                       | 200              | 4,44                 | 6,41  | 29,31 | 251,81                         |               |
| Суфле из рыбы      |                                       | 60               | 9,82                 | 4,25  | 2,42  | 87,19                          |               |
| Пюре картофельное  |                                       | 120              | 2,67                 | 3,51  | 17,63 | 112,80                         |               |
| УЖИН               | Соус сметанный с томатом              |                  | 20                   | 0,29  | 1,38  | 1,23                           | 18,55         |
|                    | Чай с сахаром                         |                  | 180                  |       |       | 7,00                           | 28,01         |
|                    | Хлеб пшеничный                        |                  | 20                   | 1,52  | 0,16  | 9,84                           | 43,80         |
|                    | ИТОГО ЗА УЖИН                         |                  | 400                  | 14,3  | 9,3   | 38,12                          | 290,35        |
|                    | ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ                       |                  | 1558                 | 56,14 | 55,22 | 182,58                         | 1400,07       |

Сформировано 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1



# Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

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

| Прием пищи | Наименование блюда                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества, г. |              |              | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептур |
|------------|------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|
|            |                                    |              | Б                    | Ж            | У            |                                |               |
|            | <b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8</b>             |              |                      |              |              |                                |               |
| ЗАВТРАК    | Каша ячневая молочная              | 130          | 4,95                 | 5,92         | 20,84        | 133,53                         | 227           |
|            | Бутерброд с маслом                 | 30           | 1,59                 | 3,24         | 9,93         | 78,75                          | 70,00         |
|            | Какао с молоком                    | 180          | 3,09                 | 3,32         | 11,77        | 83,72                          | 416           |
|            | Яблоки                             | 95           | 24,00                |              | 5,88         | 38,76                          | 446           |
|            | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>            | <b>435</b>   | <b>33,63</b>         | <b>12,48</b> | <b>48,42</b> | <b>334,76</b>                  |               |
| ОБЕД       | Вареная морковь порц.              | 30           | 0,44                 | 0,96         | 2,28         | 22,33                          | 54-27з        |
|            | Суп картофельный с бобовыми(горох) | 150          | 3,36                 | 3,63         | 14,06        | 103,65                         | 54-1с         |
|            | Печень по-строгановски             | 60           | 10,69                | 5,77         | 4,63         | 113,17                         | 54-16м        |
|            | Макароны отварные                  | 110          | 3,90                 | 2,92         | 24,74        | 140,82                         | 256           |
|            | Сок                                | 170          |                      |              | 2,28         | 9,12                           | 501           |
|            | Хлеб пшеничный формовой            | 20           | 1,52                 | 0,16         | 9,84         | 43,80                          | 573/1         |
|            | Хлеб ржаной                        | 20           | 1,22                 | 0,24         | 7,98         | 39,80                          | 574/1         |
|            | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>               | <b>560</b>   | <b>21,13</b>         | <b>13,68</b> | <b>65,81</b> | <b>472,69</b>                  |               |
| ПОЛДНИК    | Пирожки с яйцом                    | 60           | 6,09                 | 6,11         | 27,56        | 189,56                         | 535           |
|            | Молоко кип.                        | 150          | 4,35                 | 4,80         | 7,05         | 88,80                          | 469           |
|            | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>            | <b>210</b>   | <b>10,44</b>         | <b>10,91</b> | <b>34,61</b> | <b>278,36</b>                  |               |
| УЖИН       | Пудинг из моркови                  | 180          | 3,98                 | 4,42         | 12,89        | 172,22                         | 188           |
|            | Соус молочный                      | 30           | 1,19                 | 1,61         | 6,54         | 45,40                          | 369           |
|            | Чай с сахаром                      | 180          |                      |              | 7,00         | 28,01                          | 54-2гн        |
|            | Хлеб пшеничный формовой            | 30           | 1,52                 | 0,16         | 9,84         | 65,70                          | 573/1         |
|            | Хлеб столичный                     | 10           | 0,61                 | 0,12         | 3,99         | 19,90                          |               |
|            | <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>               | <b>430</b>   | <b>7,3</b>           | <b>6,31</b>  | <b>40,26</b> | <b>331,23</b>                  |               |
|            | <b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>             | <b>1635</b>  | <b>72,5</b>          | <b>43,38</b> | <b>189,1</b> | <b>1417,04</b>                 |               |

Сформировано 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1

Утверждено:  
Заведующая: А.С. Легостаева

# Меню приготовляемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

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

| Примечания      |                                        | Наименование блюда | Вес<br>блюда | Пищевые вещества, г. |        |         | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | рецептур |
|-----------------|----------------------------------------|--------------------|--------------|----------------------|--------|---------|--------------------------------|----------|
|                 |                                        |                    |              | Б                    | Ж      | У       |                                |          |
| НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9 |                                        |                    |              |                      |        |         |                                |          |
| ЗАВТРАК         |                                        |                    |              |                      |        |         |                                |          |
|                 | Каша рисовая молочная с маслом         |                    | 130          | 4,35                 | 5,86   | 22,56   | 136,88                         | 54-21к   |
|                 | Бутерброд с маслом и сыром             |                    | 32           | 4,17                 | 5,17   | 15,09   | 103,45                         | 63       |
|                 | Кофейный напиток с молоком             |                    | 150          | 3,25                 | 3,36   | 12,88   | 94,75                          | 465,00   |
|                 | Яблоко                                 |                    | 95           | 0,24                 |        | 5,88    | 38,76                          | 446      |
| ОБЕД            | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                       |                    | 407          | 12,01                | 14,39  | 56,41   | 373,84                         |          |
|                 |                                        |                    |              |                      |        |         |                                |          |
|                 | Огурцы соленые/огурцы свежие порц.     |                    | 30           | 0,02                 |        | 0,06    | 0,30                           | 1-199    |
|                 | Суп Московский на мяс. бульоне со смет |                    | 150          | 1,85                 | 3,55   | 10,96   | 79,51                          | 114      |
|                 | Капуста тушеная с мясом                |                    | 150          | 16,52                | 14,61  | 7,29    | 182,58                         | 54-32м   |
|                 | Кисель из прот.ягод с сах              |                    | 150          | 0,09                 |        | 19,89   | 75,23                          | 483      |
|                 | Хлеб пшеничный формовой                |                    | 20           | 1,52                 | 0,16   | 9,84    | 43,80                          | 573/1    |
|                 | Хлеб ржаной                            |                    | 20           | 1,22                 | 0,24   | 7,98    | 39,80                          | 574/1    |
|                 | ИТОГО ЗА ОБЕД                          |                    | 520          | 21,22                | 18,56  | 56,02   | 421,22                         |          |
|                 |                                        |                    |              |                      |        |         |                                |          |
| ПОЛДНИК         | Крендель сахарный                      |                    | 50           | 4,29                 | 5,57   | 29,78   | 186,41                         | 54-16в   |
|                 | Снежок                                 |                    | 150          | 3,20                 | 2,50   | 11,80   | 83,00                          | 469      |
|                 | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК                       |                    | 200          | 7,49                 | 8,07   | 41,58   | 269,41                         |          |
| УЖИН            |                                        |                    |              |                      |        |         |                                |          |
|                 | Пудинг рыбный запеченный               |                    | 70           | 14,52                | 1,94   | 4,55    | 93,71                          | 189      |
|                 | Картофель отварной                     |                    | 140          | 3,11                 | 3,07   | 25,01   | 140,12                         | 136      |
|                 | Чай с сахаром                          |                    | 180          |                      |        | 7,00    | 28,01                          | 54-2гн   |
|                 | Хлеб пшеничный формовой                |                    | 35           | 2,28                 | 0,24   | 14,76   | 70,32                          | 573/1    |
| ИТОГО ЗА УЖИН   |                                        | 425                | 19,91        | 5,25                 | 51,32  | 332,16  |                                |          |
| ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ |                                        | 1552               | 60,63        | 46,27                | 205,33 | 1396,63 |                                |          |

Сформировано 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1

11



Утверждаю: *А.С. Легостаева*  
Заведующая: *А.С. Легостаева*

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

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

| Прием<br>пищи    | Наименование блюда                  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества, г. |       |        | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептур |
|------------------|-------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------|
|                  |                                     |              | Б                    | Ж     | У      |                                |               |
| НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10 |                                     |              |                      |       |        |                                |               |
| ЗАВТРАК          |                                     |              |                      |       |        |                                |               |
|                  | Пудинг из творога                   | 130          | 17,49                | 7,20  | 17,34  | 182,20                         | 249           |
|                  | Повидло вишневое                    | 10           | 0,11                 |       | 17,55  | 26,16                          | 86            |
|                  | Бутерброд с маслом                  | 25           | 1,59                 | 3,24  | 9,93   | 67,80                          | 70            |
|                  | Какао с молоком                     | 150          | 3,41                 | 3,66  | 12,25  | 88,15                          | 416,00        |
|                  | Яблоко                              | 95           | 0,24                 |       | 5,88   | 38,76                          | 446           |
|                  | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                    | 410          | 22,84                | 14,1  | 62,95  | 403,07                         |               |
| ОБЕД             |                                     |              |                      |       |        |                                |               |
|                  | Морковная икра/св.овощи порц.       | 30           | 0,41                 | 2,04  | 3,24   | 32,93                          | 54            |
|                  | Свекольник на мяс.бульоне, со смет. | 150          | 1,70                 | 3,57  | 10,79  | 82,07                          | 54-18с        |
|                  | Гуляш из отварного мяса             | 60           | 10,83                | 10,85 | 2,43   | 97,79                          | 54-2м         |
|                  | Гарнир гречневый                    | 120          | 3,83                 | 3,45  | 17,20  | 105,17                         | 179           |
|                  | Сок                                 | 170          | 0,48                 | 0,16  | 24,32  | 55,63                          | 418           |
|                  | Хлеб пшеничный формовой             | 20           | 1,52                 | 0,16  | 9,84   | 43,80                          | 573/1         |
|                  | Хлеб ржаной                         | 20           | 1,22                 | 0,36  | 11,97  | 39,80                          | 574/1         |
|                  | ИТОГО ЗА ОБЕД                       | 570          | 19,99                | 20,59 | 79,79  | 457,19                         |               |
| ПОЛДНИК          |                                     |              |                      |       |        |                                |               |
|                  | Вафли                               | 30           | 0,96                 | 0,84  | 24,33  | 108,72                         | 580           |
|                  | Молоко кип.                         | 170          | 4,93                 | 5,44  | 7,99   | 100,64                         | 469           |
|                  | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК                    | 200          | 5,89                 | 6,28  | 32,32  | 209,36                         |               |
| УЖИН             |                                     |              |                      |       |        |                                |               |
|                  | Яйцо вареное                        | 40           | 5,08                 | 4,60  | 0,28   | 62,84                          | 267           |
|                  | Рагу из овощей                      | 200          | 3,74                 | 5,47  | 20,54  | 143,13                         | 360           |
|                  | Чай с молоком                       | 180          | 2,67                 | 2,94  | 11,33  | 82,47                          | 54-4гн        |
|                  | Хлеб пшеничный формовой             | 35           | 1,52                 | 0,16  | 9,84   | 76,65                          | 573/1         |
|                  | ИТОГО ЗА УЖИН                       | 455          | 13,01                | 13,17 | 41,99  | 365,09                         |               |
|                  | ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ                     | 1635         | 61,73                | 54,14 | 217,05 | 1434,71                        |               |

Сформировано 14/31 15.11.24

Страница 1

Утверждаю: Заведующая \_\_\_\_\_

А.С. Дегостаева

ДОКУМЕНТОВ

Прием пищи

|                                                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, г. |       |        | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | № рецептуры |
|---------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-------------|
|                                                   |                | Б                    | Ж     | У      |                                |             |
| Итого за весь период                              |                | 59,55                | 51,20 | 192,62 | 1415,74                        |             |
| Среднее значение за период                        |                | 5,96                 | 5,12  | 19,26  | 141,57                         |             |
| Содержание Б, Ж, У в меню за период в % от кал-ти |                | 17,00                | 28,00 | 56,00  |                                |             |
|                                                   |                |                      |       |        |                                |             |
|                                                   |                |                      |       |        |                                |             |