

Утверждаю:
Заведующий
МБДОУ №78 «Ивушка»



И.В. Куликова

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ
МБДОУ №78 «Ивушка»

ДЕТСАД (с 3-х до 7-ми лет)

ОСЕННЕ-ЗИМНЕЕ

(Основание СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

Сургут

2025

Утверждаю:

Заведующая



Куликова И.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: дети 3- 7 л МБДОУ №78 Ивушка

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		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша ячневая молочная	200	6,58	7,99	26,48	204,13	99/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,51	3,58	11,70	93,06	10/3
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	345/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	435	12	16	54	409	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	342/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1	0	10	43	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Икра кабачковая консерв.	50	0,83	3,28	3,85	48,20	361/1
	Суп картофельный с рыбными фрикаде	180	6,96	6,05	9,04	118,33	40/3
	Жаркое по-домашнему	220	14,18	15,77	23,59	292,79	153/3
	Компот из изюма	180	0,37	0,08	15,02	62,26	2/2
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	331/1
	Хлеб столичный	30	2,31	0,90	15,03	77,46	330/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	26	26	76	646	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	20/1
	Гренки с сыром	40	5,31	6,04	16,49	141,48	5/1
	Банан	60	0,90	0,06	11,52	50,22	344/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	280	11	12	35	293	
УЖИН			0	0	0	0	
	Суфле из печени	80	15,34	9,64	5,39	169,57	171/3
	Рис припущенный с маслом	150	3,90	4,90	40,78	222,80	2/1
	Соус красный основной	40	0,53	1,50	3,09	27,92	228/3
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	7,01	28,01	6/3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	331/1
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	330/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	490	23	17	76	547	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1985	73	71	251	1838	

Утверждаю:
Заведующая
Куликова И.В.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: дети 3- 7 л МБДОУ №78 Ивушка

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		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Каша "Дружба"	200	6,37	8,15	27,62	209,33	84/1
	Кофейный напиток без молока	200	0,39	0,07	7,85	33,59	34/1
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	345/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	436	14	17	51	417	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	342/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1	0	10	43	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из сладкого перца	50	0,25	3,31	1,93	38,53	9/4
	Борщ	180	1,94	4,88	11,52	97,63	25/3
	Котлеты, биточки (говяжьи)	70	12,28	11,25	3,42	163,93	161/3
	Картофельное пюре	130	2,71	4,84	16,94	122,17	9/1
	Компот из свежих фруктов	180	0,22	0,15	8,98	38,15	33/1
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	330/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	21	26	68	590	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Йогурт	180	6,30	7,20	1,98	97,92	
	Груша	60	0,24	0,18	6,18	27,30	370/1
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	347/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	8	11	22	215	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат из яблок, бананов и апельсинов	60	0,81	0,18	13,43	58,64	34/7
	Суфле морковно-творожное	150	10,87	6,34	19,71	179,24	15/5
	Подлив сметанный сладкий	40	0,59	3,48	5,50	55,69	232/2
	Кисель молочный	180	5,25	5,76	19,07	149,11	9/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	331/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	21	16	77	536	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1926	64	70	228	1802	

Утверждаю:

Заведующая

Куликова И.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: дети 3- 7 л МБДОУ №78 Ивушка

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 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Апельсины	60	0,54	0,12	4,86	22,68	348/1
	Каша пшенная молочная	200	7,26	8,53	28,72	220,63	96/1
	Какао с молоком	180	3,14	3,34	10,75	85,56	7/3
	Батон с маслом слив., сыр	50	6,50	8,76	15,49	166,70	322/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	490	17	21	60	496	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	342/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1	0	10	43	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из свеклы с чесноком	50	0,78	5,04	4,43	66,19	23/1
	Суп фасолевый со сметаной	180	2,50	4,95	12,16	103,13	52/4
	Бефстроганов из мяса	80	11,89	14,81	3,93	196,47	148/3
	Макаронные изделия отварные	150	5,53	3,55	35,30	195,29	256/11
	Напиток витаминизированный	180	0,00	0,00	19,40	77,60	395/3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	331/1
	Хлеб столичный	30	2,31	0,90	15,03	77,46	330/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	25	29	100	763	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	91,62	2/1
	Пирожок с капустой	110	6,53	7,97	35,75	240,67	2/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	290	12	12	43	332	
УЖИН			0	0	0	0	
	Рыбные фрикадельки	70	11,41	2,39	3,43	80,76	147/1
	Картофель в сметане	150	3,30	5,59	24,45	161,27	24/1
	Чай с лимоном	200	0,09	0,01	6,31	25,67	19/3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	331/1
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	330/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	460	18	9	54	366	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	2030	72	71	267	1800	

Утверждаю: 
Заведующая Куликова И.В.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: дети 3- 7 л МБДОУ №78 Ивушка

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		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша кукурузная молочная	200	6,46	8,00	29,84	217,20	91/1
	Чай с молоком	200	2,90	3,20	10,71	83,22	4/3
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	345/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	435	12	16	56	412	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	342/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1	0	10	43	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из тушеной капусты	50	0,91	4,25	3,16	54,61	44/2
	Свекольник с яйцом	180	3,45	6,49	10,41	113,81	34/3
	Суфле куриное	70	15,41	16,70	2,38	221,53	183/3
	Картофель аппетитный	130	2,89	3,63	18,01	116,33	11/1
	Компот из кураги и изюма	180	0,54	0,05	14,36	59,99	2/2
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	330/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	27	33	73	695	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Снежок	180	4,86	4,50	19,44	137,70	6/1
	Зефир	30	0,24	0,03	23,49	95,19	335/1
	Банан	80	1,20	0,08	15,36	66,96	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	290	6	5	58	300	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат из тушеной моркови на молоке	60	0,92	2,43	6,20	50,32	39/1
	Пудинг творожный	150	28,32	11,24	21,60	300,80	10/3
	Соус молочный сладкий	40	0,91	2,12	6,08	47,05	369/1
	Кисель из ягодного концентрата	180	0,10	0,07	1,55	7,25	25/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	331/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	33	16	55	499	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1955	79	69	253	1895	

Утверждаю:
Заведующая

И.В. Куликова
Куликова И.В.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: дети 3- 7 л МБДОУ №78 Ивушка

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 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Каша манная молочная	200	6,44	7,90	26,21	201,72	90/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,70	11,28	92,35	7/3
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	345/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	436	17	21	53	468	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	342/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1	0	10	43	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из томатов в с/с	60	0,68	4,06	2,23	48,04	31/1
	Суп рисовый с чесноком	180	1,48	3,46	11,78	84,01	60/2
	Бигус с мясом	200	13,29	13,92	9,24	215,50	77/2
	Компот из апельсинов или мандаринов	180	0,60	0,13	10,42	45,29	392/9
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	331/1
	Хлеб столичный	30	2,31	0,90	15,03	77,46	330/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	20	23	59	517	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	20/1
	Ватрушка с джемом	70	4,89	5,51	39,06	225,21	289/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	10	11	46	327	
УЖИН			0	0	0	0	
	Рыба под овощами	200	15,28	8,42	14,83	196,27	144/1
	Чай полусладкий	200	0,00	0,00	8,00	32,01	6/3
	Конфеты	21	0,41	0,42	2,86	16,83	350/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	331/1
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	330/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	461	19	10	46	344	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1917	67	64	214	1899	

Утверждаю:
Заведующая  Куликова И.В.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: дети 3- 7 л МБДОУ №78 Ивушка

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 2 ДЕНЬ 1		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Апельсины	60	0,54	0,12	4,86	22,68	348/1
	Каша овсяная "Геркулес" молочная	200	6,84	8,94	24,45	205,64	93/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,26	3,24	13,50	96,19	10/3
	Батон с маслом слив., сыр	50	6,50	8,76	15,49	166,70	322/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	490	17	21	58	491	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	342/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1	0	10	43	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат картофельный с соленым огурцо	50	0,87	3,46	5,67	57,22	7/1
	Суп крестьянский с пшеном	180	2,18	4,99	13,03	105,66	42/3
	Рулет мясной с яйцом	80	14,83	14,28	3,57	201,96	169/3
	Гарнир свекольно-морковный	130	2,11	6,48	11,04	110,79	334/1
	Напиток из шиповника	180	0,48	0,20	11,75	50,68	29/3
	Хлеб столичный	30	2,31	0,90	15,03	77,46	330/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	331/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	24	30	70	651	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	91,62	2/1
	Булочка российская	70	5,79	4,79	38,80	221,30	457/9
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11	9	46	313	
УЖИН			0	0	0	0	
	Сердце в соусе	100	17,05	8,47	6,96	172,27	361/8
	Картофельное пюре	150	3,14	5,75	19,58	142,66	9/1
	Чай не сладкий	180	0,00	0,00	0,02	0,07	6/3
	Мармелад	15	0,02	0,24	11,16	46,86	371/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	331/1
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	330/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	485	23	15	58	460	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1995	76	76	242	1858	

Утверждаю:
Заведующая

Куликова И.В.

Куликова И.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: дети 3- 7 л МБДОУ №78 Ивушка

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 2 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Каша пшеничная молочная	200	6,91	7,99	27,03	207,65	91/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,70	11,28	92,35	7/3
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	345/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	436	18	21	54	474	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	342/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1	0	10	43	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из тушеного перца	50	0,50	3,35	2,80	43,31	36/4
	Суп овощной	180	1,99	4,88	11,10	96,17	35/3
	Суфле мясное (мясо 1 кат)	70	19,86	21,83	1,89	283,49	171/3
	Пюре из гороха с маслом	150	12,40	4,66	25,51	193,60	7/1
	Компот из кураги	180	0,57	0,03	10,60	44,99	23/3
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	330/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	39	36	77	791	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Йогурт	180	6,30	7,20	1,98	97,92	/1
	Груша	70	0,28	0,21	7,21	31,85	370/1
	Пряник	55	3,25	2,59	41,25	201,25	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	305	10	10	50	331	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат из яблок, бананов и апельсинов	60	0,81	0,18	13,43	58,64	34/7
	Сырники творожные	150	33,12	9,92	25,09	322,07	7/3
	Подлив сметанный сладкий	40	0,59	3,48	5,50	55,69	232/2
	Кисель из ягодного концентрата	200	0,11	0,08	1,69	7,88	25/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	331/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	490	38	14	65	538	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	2011	105	81	257	1877	

Утверждаю:
Заведующая Куликова И.В.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: дети 3- 7 л МБДОУ №78 Ивушка

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 2 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша рисовая молочная	200	5,92	7,92	28,37	208,46	98/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	3,59	13,02	98,71	10/3
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	345/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	435	12	16	57	419	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	342/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1	0	10	43	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Икра кабачковая консерв.	50	0,83	3,28	3,85	48,20	361/1
	Суп сырный	180	4,13	5,89	13,03	121,61	18/5
	Печень в сметанном соусе	90	13,47	7,39	5,97	144,17	97/2
	Макаронные изделия отварные	150	5,55	5,00	35,33	208,50	256/11
	Напиток витаминизированный	180	0,00	0,00	19,40	77,60	395/3
	Хлеб (пшеничный/столичный)	50	3,83	1,06	24,87	124,34	575/11
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	28	23	102	724	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Снежок	180	4,86	4,50	19,44	137,70	6/1
	Яблоки	60	0,24	0,24	5,88	26,64	82/11
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	356/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	6	5	41	234	
УЖИН			0	0	0	0	
	Расстегай с рыбой	75	11,59	6,99	23,47	203,13	312/1
	Рагу из овощей	150	3,39	5,46	17,00	130,64	14/1
	Чай с шиповником	200	0,34	0,14	10,84	45,96	26/3
	Хлеб столичный	30	2,31	0,90	15,03	77,46	330/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	455	18	13	66	457	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1950	63	58	277	1878	

Утверждаю: 
Заведующая Куликова И.В.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: дети 3- 7 л МБДОУ №78 Ивушка

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 2 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Мандарин	60	0,48	0,12	4,50	21,00	
	Гречка на молоке	200	6,52	8,26	21,80	187,65	43/1
	Чай с молоком	200	2,90	3,20	10,71	83,22	4/3
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	345/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	495	12	16	53	403	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	342/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1	0	10	43	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из консер. огурцов и томатов в с/с	50	0,67	3,37	1,86	40,40	32/1
	Рыба в бульоне с гренками	180	13,12	3,66	14,95	145,24	41/3
	Азу с чесноком и картофелем	220	13,91	15,69	20,28	277,76	153/3
	Компот из свежих яблок и груш	180	0,18	0,16	9,61	40,64	24/3
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	330/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	32	24	72	633	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	20/1
	Булочка дорожная	70	4,75	4,14	40,13	216,73	453/9
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	10	10	47	318	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат из консер. кукурузы	60	2,11	4,38	10,75	90,87	6/4
	Запеканка из риса с творогом	150	19,31	9,24	28,55	274,56	6/3
	Подлив сметанный сладкий	40	0,59	3,48	5,50	55,69	232/2
	Кисель из отвара шиповника	200	0,38	0,14	14,84	62,12	28/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	331/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	490	25	18	79	577	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	2015	80	68	261	1875	

Утверждаю:
Заведующая

Куликова И.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: дети 3-7 л МБДОУ №78 Ивушка

Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яблоки	60	0,24	0,24	5,88	26,64	82/11
	Омлет натуральный с маслом	125	13,28	18,94	2,44	233,36	110/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,70	11,28	92,35	7/3
	Батон с маслом слив., сыр	50	6,50	8,76	15,49	166,70	322/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	435	24	32	35	519	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	342/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1	0	10	43	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Икра из баклажан	50	0,84	3,37	3,33	47,01	19/2
	Суп картофельный с мясными фрикаде	180	5,19	6,98	7,96	115,27	39/1
	Гуляш мясной	100	11,79	13,81	3,87	186,82	152/3
	Гарнир перловый	130	4,50	4,16	32,18	184,11	3/1
	Напиток из сухих фруктов	180	0,32	0,07	5,00	21,89	20/3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	331/1
	Хлеб столичный	30	2,31	0,90	15,03	77,46	330/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	26	29	77	679	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	91,62	2/1
	Крендель в сахаре	70	6,03	5,54	45,03	254,06	5/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11	10	53	346	
УЖИН			0	0	0	0	
	Рыбное суфле	80	11,37	8,89	1,52	131,39	110/2
	Капуста тушеная с томатом	150	3,09	4,37	9,33	88,92	10/1
	Чай не сладкий	200	0,00	0,00	0,02	0,07	6/3
	Конфеты	21	0,41	0,42	2,86	16,83	350/1
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	330/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	331/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	491	18	14	34	336	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1966	80	86	209	1823	
			0	0	0	0	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	19750	759	715	2459	18302	
			0	0	0	0	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1975	76	71	246	1830	
			0	0	0	0	
	Содержание БЖУ в % от калорийнос		15	32	55	0	

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

1 "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для ДОУ" г. Пермь 2001 г.

Ведомость контроля за рационом питания

МБДОУ №78 Ивушка

с 01.09.25 по 30.09.25 22 дн.

Режим питания: 5-разовое, Склад 1

Возрастная категория: Дети 3-7 л

1. Приложение №1-10
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

П/п	Наименование	Нор.	1	2	3	4	5	8	9	10	11	12	план	факт	потр	15	16	17	18	19	22	23	24	25	26	29	30	план	факт	потр	дзн	проц.	
	Кол-во питающихся		111	125	130	132	110	130	140	142	140	128			142	140	140	130	140	140	135	140	140	140	134	140	140		2949				
1	Дрожжи хлебопекар	0.5	1.2	0.7	-	-	-	0.9	-	-	0.9	0.9	5	4.6	0.46	-	-	0.7	-	0.9	0.9	-	0.8	0.9	0.9	0.9	0.8	11	11.4	0.518	+0.4	104	
2	Какао	0.6	-	-	1.4	-	1.2	-	1.2	-	-	1.2	6	5	0.5	-	-	1.1	-	1.2	-	1.2	-	-	1.2	-	-	13.2	9.7	0.440	3.5	95	
3	Картофель 01.09-31	140	184	106	196	156	122	227	58	122	166	52	1400	1389	138.9	182	156	192	147	116	187	52	122	123	52	185	105	3080	3008	136.7	172	98	
4	Кондитерские издelt	20	20	27	26	20	-	20	35	30	-	-	200	178	17.8	-	20	-	30	36	15	55	20	-	21	20	25	440	420	19.09	20	95	
5	Кофейный напиток	1.2	1.5	2.8	-	-	-	2.4	-	2.4	-	-	12	9.1	0.91	2.4	2.9	-	-	-	2.9	-	2.9	-	-	2.4	2.2	26.4	24.8	1.127	1.6	94	
6	Крахмал	3	-	4.7	-	5	-	-	10	-	5	-	30	24.7	2.47	-	4.5	-	9.2	-	-	10	-	5	-	-	5	66	58.4	2.654	1.6	95	
7	Крупы (злаки) бобов	43	81	40	23	31	36	25	45	23	23	52	430	379	37.9	77	31	20	35	25	24	45	26	33	48	82	24	946	849	38.59	97	95	
8	Макаронные изделия	12	-	-	44	-	-	-	17	43	-	5	120	109	10.9	-	-	43	-	-	-	13	43	-	-	-	17	264	225	10.22	39	95	
9	Масло растительно	11	12	3	10	11	6	18	6	8	11	11	110	96	9.6	6	7	10	9	7	10	9	8	10	11	10	6	242	199	9.045	43	95	
10	Масло сливочное	21	17	17	18	13	13	18	19	20	12	23	210	170	17	21	16	14	22	19	19	14	20	15	23	21	21	462	395	17.95	67	95	
11	Молоко	450	460	350	436	693	440	471	440	448	428	347	4500	4513	451.3	460	556	408	525	279	451	363	413	393	351	417	396	9900	9525	432.9	375	96	
12	Мука пшеничная	29	43	30	1	9	-	33	33	4	50	48	290	251	25.1	3	3	35	3	35	48	21	33	48	50	43	30	638	603	27.40	35	95	
13	Мясо	55	65	89	62	36	54	60	54	-	54	60	550	534	53.4	54	60	60	-	54	60	-	-	54	80	60	91	1210	1107	50.31	103	95	
14	Овощи	220	147	163	146	139	295	279	110	228	198	287	2200	1992	199.2	117	254	173	206	372	273	149	212	198	284	145	159	4840	4634	206.0	306	95	
15	Птица 1 кат.	24	-	-	5	32	9	-	-	82	-	-	240	128	12.8	-	-	68	-	-	-	79	-	-	-	-	-	528	275	12.5	253	95	
16	Рыба	37	-	-	63	-	55	-	23	53	-	62	370	256	25.6	26	-	51	-	50	-	-	33	53	46	-	-	814	515	23.40	299	95	
17	Сахар	30	19	43	15	32	34	26	42	16	46	20	300	293	29.3	23	34	18	43	34	25	41	20	42	17	19	45	660	654	29.72	6	99	
18	Сметана	11	14	-	12	33	13	5	10	3	17	-	110	107	10.7	-	17	19	7	-	21	17	5	10	-	11	-	242	214	9.727	28	95	
19	Сок	100	100	105	102	100	100	100	100	100	100	100	1000	1007	100.7	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	2200	2207	100.3	17	100
20	Соль	5	6.2	4.5	5.1	5	5	5	5	5.4	5	5	50	51.2	5.12	5	5	5.3	5	5	5	5	5	5.1	5	5	5	110	111.6	5.072	+1.6	101	
21	Субпродукты	25	74	48	-	-	-	52	-	-	-	-	250	174	17.4	68	-	-	-	-	80	-	73	-	-	80	51	550	526	23.90	24	96	
22	Сухофрукты	11	-	15	-	11	-	11	-	-	19	14	110	70	7	-	-	-	11	-	-	11	-	12	14	-	15	242	133	5.045	109	95	
П/п	Наименование	Нор.	1	2	3	4	5	8	9	10	11	12	план	факт	потр	15	16	17	18	19	22	23	24	25	26	29	30	план	факт	потр	дзн	проц.	

Ведомость контроля за рационом питания

МБДОУ №78 Ивушка

с 01.09.25 по 30.09.25 22 дн.

Режим питания: 5-разовое, Склад 1

Возрастная категория: Дети 3-7 л

1 Приложение №1-10
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

23	Сыр	6	20.7	-	-	16	10	-	-	-	12	60	58.7	5.87	11	-	-	-	16	-	9	-	16	20	-	132	130.7	5.940	1.3	99		
24	Творог	40	-	114	-	113	-	-	100	-	90	-	400	417	41.7	-	30	-	105	-	-	125	-	70	-	105	880	852	38.72	28	97	
25	Фрукты	100	45	78	69	70	167	25	178	70	166	80	1000	948	94.8	105	184	70	80	109	45	153	60	106	60	45	74	2200	2039	92.68	161	95
26	Хлеб пшеничный	80	79	80	80	69	80	75	70	83	70	78	800	764	76.4	102	75	75	70	75	70	50	99	70	80	70	1760	1670	75.90	90	95	
27	Хлеб ржаной	50	50	51	50	50	50	50	30	40	50	50	500	471	47.1	50	50	50	50	50	60	50	50	50	50	1100	1081	49.13	19	98		
28	Чай	0.6	0.7	-	0.6	0.6	0.6	0.5	-	0.6	0.5	0.6	6	4.7	0.47	0.5	-	0.6	0.6	0.5	-	0.6	0.6	0.5	-	13.2	9.8	0.445	3.4	95		
29	Яйцо	40	6	81	14	9	40	17	7	20	15	100	400	309	30.9	23	59	9	50	5	28	46	10	10	101	6	40	880	896	31.63	184	95
Примерная		178.03	179.12	178.12	179.90	161.02										189.24	192.09	189.28	170.52	196.18	191.81	ИТОГО					3955.37					
стоимость дня		200.27	182.18	174.68	175.95	185.03										195.69	154.84	138.70	185.05	181.84	175.83											

рекомендации по корректировке меню:

подпись медицинского работника и дата:

подпись руководителя образовательной (оздоровительной) организации, организации по уходу и присмотру и дата ознакомления:

подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления, а также проведенной корректировки в соответствии с рекомендациями медицинского работника

Сер. Селищева Н.В.