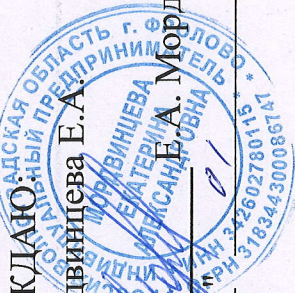



УТВЕРЖДАЮ  
ИП Мордвинцева Е.А.  
" 13 " 01 2023 г



СОГЛАСОВАННО:  
Заведующий муниципального казенного дошкольного  
образовательного учреждения "Детский сад № 11 "Абушица"  
городского округа город Фролово  
" 09 " 01 2023 г



ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

для детей дошкольного возраста 1,5-3 лет, 12 часовой режим функционирования

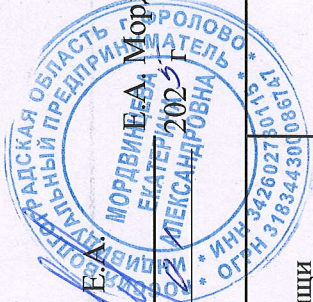
УТВЕРЖДАЮ:

ИП Мордвинцева Е.А.  
Мордвинцева

СОГЛАСОВАННО:

Заведующий муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения  
"Детский сад № 10" городского округа город Фролово

" 13 " 02 2025 г.  
" 13 " 01 2025 г.



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1							
День 1							
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой (рисовой)	160	1,44	1,44	13,28	105,20	101
	Чай с молоком	180	2,70	2,30	14,00	87,60	413
	Бутерброд с маслом	30/10	2,45	7,55	14,62	136,00	1
Итого за прием пищи		380	6,59	11,29	41,90	328,80	
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый (яблочный)	180	0,90	0,18	17,64	75,06	418
Итого за прием пищи		180	0,90	0,18	17,64	75,06	
ОБЕД	Пюре из моркови или свеклы (морковь)	40	0,52	1,35	2,82	25,52	342
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	4,14	3,96	13,68	106,02	87
	Птица, тушеная в соусе с овощами	150	7,81	1,90	13,74	103,33	319
	Компот из сушеных фруктов	180	0,00	0,00	14,00	55,80	394
	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	15,10	71,00	III
	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,70	61,20	III
Итого за прием пищи		610	16,77	7,71	72,04	422,87	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Лапшевник с творогом	150	22,00	19,00	25,30	376,70	226
	Соус молочный (сладкий)	50	0,90	1,80	5,60	43,70	369
	Какао с молоком	180	3,60	2,90	14,90	101,40	416
	Печенье	20	1,50	2,00	14,90	83,40	III
Итого за прием пищи		400	28,00	25,70	60,70	605,20	
Всего за день		1570	52,26	44,88	192,28	1431,93	

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Мордвинцева Е.А.

Е.А. Мордвинцева

" 13 " \_\_\_\_\_ 2022 г.

СОГЛАСОВАННО:

Заведующий муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения

"Детский сад № 11 "Звончик" городского округа город Фролово

" 13 " \_\_\_\_\_ 2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1	День						
2	Каша жидкая (геркулесовая)	160	6,00	0,16	27,04	196,00	199
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	5	0,05	3,63	0,07	33,10	6
	Чай с лимоном	180/10/7	0,20	0,00	10,00	41,70	412
	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	15,10	71,00	III
Итого за прием пищи		402	8,55	3,99	52,21	341,80	
2 ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,62	0,62	14,25	68,37	386
Итого за прием пищи		150	0,62	0,62	14,25	68,37	
ОБЕД	Овощи по сезону (огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или помидор соленый, или свекла отварная)	40	0,26	0,00	0,66	5,20	
	Щи из свежей капусты с картофелем	160	1,20	3,20	5,76	57,28	73
	Котлета рубленая из птицы	60	9,86	9,94	9,86	169,46	322
	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	120	6,46	4,34	29,45	187,38	180
	Компот из свежих плодов	180	0,10	0,10	20,90	86,00	390
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	III
	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,70	61,20	III
	Итого за прием пищи		610	21,43	17,98	89,38	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Котлеты рыбные любительские	60/5	17,94	13,69	18,20	279,93	272
	Пюре картофельное	150	3,20	4,60	21,40	143,90	339
	Кофейный напиток с молоком	180	2,79	2,16	13,32	84,51	414
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	III
Итого за прием пищи		415	25,48	20,55	62,97	555,69	
Всего за день		1577	56,08	43,14	218,81	1579,73	

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Мордвинцева Б.А.  
 Мордвинцева Б.А.  
 Мордвинцев

" 19 " 09 2022 г.



СОГЛАСОВАНО:

Заведующий муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения  
 "Детский сад № 11" городского округа Фролово  
 Мордвинцев

" 09 " 09 2022 г.

Прием пищи	День	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК	3	Суп молочный с макаронными изделиями	160/2	4,65	4,09	15,80	120,22	100
		Чай с сахаром	190/10	0,10	0,00	9,80	39,40	411
		Яйца вареные	40	5,50	5,00	0,30	68,60	227
		Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	ПП
Итого за прием пищи			422	11,80	9,19	35,95	275,57	
2 ЗАВТРАК		Фрукты свежие (банан)	150	2,3	0,8	31,5	144,0	386
		Итого за прием пищи	150	2,3	0,8	31,5	144,0	
ОБЕД		Пюре из моркови или свеклы (свекла)	40	0,52	1,35	2,82	25,52	342
		Борщ с капустой и картофелем со сметаной	160/5	1,33	3,95	8,18	74,00	63
		Тефтели мясные (2 вариант)	60	7,97	9,17	7,20	147,00	304
		Соус томатный	30	0,40	1,40	1,90	23,30	366
		Макаронные изделия отварные с маслом	130/5	4,88	3,66	30,47	182,90	219
		Компот из сушеных фруктов	160	0,00	0,00	12,45	49,60	394
		Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	ПП
		Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,70	61,20	ПП
Итого за прием пищи			635	18,65	19,93	85,77	610,87	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		Икра кабачковая консервированная	50	0,92	4,42	3,83	59,50	ПП
		Омлет натуральный	100	11,24	18,04	1,98	236,44	229
		Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	ПП
		Чай с лимоном	180/10/7	0,20	0,00	10,00	41,70	412
		Булочка ванильная	50	4,10	3,90	28,90	167,30	ПП
Итого за прием пищи			422	18,01	26,46	54,76	552,29	
Всего за день			1629	50,71	56,33	207,98	1582,73	

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Мордвинцева Е.А.  
" 19 " 09 2025 г.

Е.А. Мордвинцева

СОГЛАСОВАННО:

Заведующий муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения  
"Детский сад № 10" городского округа город Фролово

" 19 " 09 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1 4	День						
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой (гречневой)	160/2	4,79	4,39	13,70	112,20	101
	Чай с молоком	160	2,40	2,04	12,44	77,87	413
	Бутерброд с сыром	30/5/10	4,40	6,70	14,60	141,60	5
Итого за прием пищи		367	11,59	13,13	40,74	331,67	
2 ЗАВТРАК	Кефир	180	5,04	4,41	7,02	92,52	420
Итого за прием пищи		180	5,04	4,41	7,02	92,52	
ОБЕД	Овощи по сезону (огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или помидор соленый, или свекла отварная)	40	0,26	0,00	0,66	5,20	
	Суп из овощей	160	1,41	2,82	7,94	63,36	135
	Плов из птицы	150	17,7	19,5	25,3	353,7	321
	Кисель из повидла, джема, варенья (повидла)	180	0,10	0,00	25,70	102,60	401
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	III
	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,70	61,20	III
Итого за прием пищи		580	23,02	22,72	82,35	633,41	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Запеканка из творога с морковью	150	18,10	15,30	35,80	357,00	252
	Соус молочный (сладкий)	50	0,90	1,80	5,60	43,70	369
	Какао с молоком	180	3,60	3,00	15,00	101,90	416
	Печенье	20	1,50	2,00	14,90	83,40	III
Итого за прием пищи		400	24,10	22,10	71,30	586,00	
Всего за день		1527	63,75	62,36	201,41	1643,60	

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Мордвинцева Е.А. Мордвинцева  
" 13 " АПРЕЛЯ 2025 г.

СОГЛАСОВАНО:

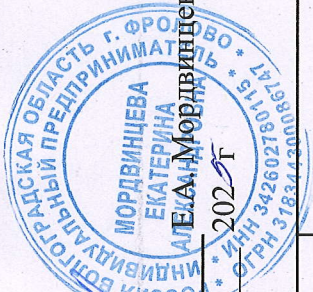
Заведующий муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения  
"Детский сад № 10 "Солнышко" городского округа город Фролово  
" 13 " АПРЕЛЯ 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ репетуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1	День						
5							
ЗАВТРАК	Каша жидкая (манная)	160/4	6,40	3,68	27,36	168,40	199
	Кофейный напиток с молоком	160	2,48	1,92	11,84	75,12	414
	Бутерброд с маслом	30/10	2,40	7,50	15,20	145,80	1
Итого за прием пищи		364	11,28	13,10	54,40	389,32	
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый (яблочный)	180	0,90	0,18	17,64	75,06	418
Итого за прием пищи		180	0,90	0,18	17,64	75,06	
ОБЕД	Пюре из моркови или свеклы (морковь)	40	0,52	1,35	2,82	25,52	342
	Суп картофельный с клецками	160/16	1,44	2,48	9,36	66,16	91/128
	Запеканка картофельная с печенью	130	8,67	5,81	21,75	185,90	164
	Компот из свежих плодов	180	0,10	0,10	20,90	86,00	390
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	ПП
	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,70	61,20	ПП
	Итого за прием пищи		576	14,28	10,14	77,58	472,13
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Рыба, запеченная в оmlете	60	9,75	3,83	1,88	83,85	263
	Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	130	3,38	3,38	34,41	185,55	180
	Чай с лимоном	180/10/7	0,20	0,00	10,00	41,70	412
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	ПП
Итого за прием пищи		407	14,88	7,31	56,34	358,45	
Всего за день		1527	41,34	30,73	205,96	1294,96	

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Мордвинцева Е.А.

" 19 " 01 / 2025 Г

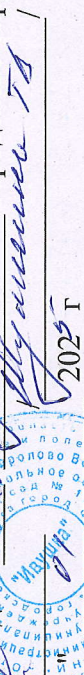


СОГЛАСОВАНО:

Заведующий муниципальный казенного дошкольного образовательного учреждения

"Детский сад № 10" городского округа город Фролово

" 19 " 01 / 2025 Г



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2 6	День	Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба	4,08	5,04	27,92	178,56	175
		Чай с сахаром	0,10	0,00	9,80	39,40	411
		Хлеб пшеничный	3,00	1,20	20,60	104,80	ПП
		Сыр порциями	2,30	3,00	0,00	36,40	7
		Итого за прием пищи	410	9,48	9,24	58,32	359,16
2 ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,62	0,62	14,25	68,37	386
Итого за прием пищи		150	0,6	14,3	68,4		
ОБЕД	Овощи по сезону (огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или помидор соленый, или свекла отварная)	40	0,26	0,00	0,66	5,20	
		160	2,40	1,76	136,00	79,92	88
		60	7,97	9,17	7,20	147,00	304
		30	0,40	1,40	1,90	23,30	366
		120	6,46	4,34	29,45	187,38	180
		160	0,00	0,00	12,44	49,60	394
		20	1,55	0,10	10,05	47,35	ПП
		30	2,00	0,30	12,70	61,20	ПП
		620	21,04	17,07	210,40	600,95	
		Итого за прием пищи					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Птица, тушенная в соусе с овощами	150	7,81	1,90	13,74	103,33	319
		180	2,70	2,30	14,00	87,60	413
		40	3,00	0,20	19,50	91,90	ПП
		20	1,50	2,00	14,90	83,40	ПП
		390	15,01	6,40	62,14	366,23	
Итого за прием пищи							
Всего за день		1570	46,15	33,33	345,11	1394,71	

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Мордвинцева Е.А. *Е.А. Мордвинцева*  
 " 13 " 2025 г. *13*

СОГЛАСОВАННО:

Заведующий муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения  
 "Детский сад № 13" *Е.А. Мордвинцева* городского округа город Фролово

" 13 " 2025 г. *13*

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2	День						
7							
ЗАВТРАК	Каша жидкая (пшеничная)	160/4	7,44	3,68	31,36	188,08	199
	Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,30	3,70	27,40	156,70	2
	Какао с молоком	180	3,60	3,00	15,00	101,90	416
	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,90	15,40	78,60	ПП
Итого за прием пищи		429	15,64	11,28	89,16	525,28	
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый (яблочный)	180	0,90	0,20	17,70	75,10	418
Итого за прием пищи		180	0,90	0,20	17,70	75,10	
ОБЕД	Пюре из моркови или свеклы (свекла)	40	0,52	1,35	2,82	25,52	342
	Суп каргофельный с крупой (рисовая)	160	1,92	1,68	11,60	69,28	86
	Рагу из птицы	150	15,75	14,25	11,93	239,25	289
	Компот из свежих плодов	160	0,09	0,09	18,58	76,44	390
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	ПП
	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,70	61,20	ПП
Итого за прием пищи		560	21,83	17,77	67,68	519,04	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Икра кабачковая консервированная	50	0,92	4,42	3,83	59,50	ПП
	Омлет с сыром	100	10,69	19,80	1,65	227,69	230
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	ПП
	Чай с лимоном	180/10/7	0,20	0,00	10,00	41,70	412
	Булочка ванильная	50	4,10	3,90	28,90	167,30	ПП
Итого за прием пищи		422	17,46	28,22	54,43	543,54	
Всего за день		1591	55,83	57,47	228,97	1662,96	



УТВЕРЖДАЮ:

ИП Мордвинцева Е.А.

Е.А. Мордвинцева

2025 г.



СОГЛАСОВАНО:

Заведующий муниципальной казенной дошкольной образовательного учреждения  
"Детский сад № 17" городского округа город Фролово

2025 г.

И.А. Мордвинцева

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2 8	День						
ЗАВТРАК	Каша вязкая ячневая с маслом сливочным и сахаром	168	1,91	3,36	26,55	150,40	182
	Чай с сахаром	190/10	0,10	0,00	9,80	39,40	411
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	ПП
	Яйца вареные	40	5,50	5,00	0,30	68,60	227
Итого за прием пищи		428	9,06	8,46	46,70	305,75	
2 ЗАВТРАК	Фрукты свежие (апельсин)	150	1,35	0,30	12,15	54,00	387
Итого за прием пищи		150	1,35	0,30	12,15	54,00	
ОБЕД	Овощи по сезону (огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или помидор соленый, или свекла отварная)	40	0,26	0,00	0,66	5,20	
	Щи из свежей капусты с картофелем	160	1,20	3,20	5,76	57,28	73
	Плов из птицы	150	17,70	19,50	25,30	353,70	321
	Сок фруктовый (яблочный)	180	0,90	0,20	17,70	75,10	418
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	ПП
	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,70	61,20	ПП
Итого за прием пищи		580	23,61	23,30	72,17	599,83	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Запеканка из творога с морковью	150	18,10	15,30	35,80	357,00	252
	Соус молочный (сладкий)	50	0,90	1,80	5,60	43,70	369
	Какао с молоком	180	3,60	3,00	15,00	101,90	416
	Печенье	20	1,50	2,00	14,90	83,40	ПП
Итого за прием пищи		400	24,10	22,10	71,30	586,00	
Всего за день		1558	58,12	54,16	202,32	1545,58	

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Мордвинцева Е.А.  
Е.А. Мордвинцева



СОГЛАСОВАНО:  
Заведующий муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения  
"Детский сад № 49" городского округа город Фролово

" 19 " \_\_\_\_\_ 2022 г.  
" 19 " \_\_\_\_\_ 2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
			Белки, г	Жиры, г		
Неделя 2	День					
9	Каша жидкая (манная)	160/4	6,40	3,68	27,36	168,40
	Молоко кипяченое	160	4,48	3,92	7,44	83,84
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	30/10	2,40	7,50	15,20	145,80
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35
Итого за прием пищи		384	14,83	15,20	60,05	445,39
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый (яблочный)	180	0,90	0,20	17,70	75,10
Итого за прием пищи		180	0,90	0,20	17,70	75,10
ОБЕД	Икра свекольная или морковная (морковная)	40	0,87	1,93	4,40	40,00
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	4,10	3,80	13,60	106,10
	Жаркое по-домашнему	150	17,85	16,58	15,53	286,73
	Кисель из повидла, джема, варенья (повидла)	160	0,09	0,00	22,84	91,20
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35
	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,70	61,20
Итого за прием пищи		690	26,46	22,71	79,12	632,58
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Суфле из рыбы	80/5	13,60	11,20	3,40	176,10
	Капуста тушеная	120	2,64	4,56	11,60	98,80
	Чай с лимоном	180/10/7	0,20	0,00	10,00	41,70
	Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35
Итого за прием пищи		422	17,99	15,86	35,05	363,95
Всего за день		1676	60,18	53,97	191,92	1517,02

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Мордвинцева Е.А.

Е.А. Мордвинцева

202

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения  
"Детский сад № 10" городского округа город Фролово

" 10 " *Июль* 2025 г.

2025 г.

Прием пищи	День	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 10 ЗАВТРАК		Сул молочный с крупой (гречневой)	160/2	4,79	4,39	13,70	112,20	101	
		Чай с молоком	180	2,70	2,30	14,00	87,60	413	
		Хлеб пшеничный	30	2,30	0,20	15,10	71,00	ПП	
		Сыр порциями	10	2,30	3,00	0,00	36,40	7	
		Итого за прием пищи	442	12,09	9,89	42,80	307,20		
2 ЗАВТРАК		Фрукты свежие (яблоко)	150	0,62	0,62	14,25	68,37	386	
Итого за прием пищи			150	0,62	0,62	14,25	68,37		
ОБЕД		Овощи по сезону (огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или помидор соленый, или свекла отварная)	40	0,26	0,00	0,66	5,20		
		Борщ с капустой и картофелем	160	1,20	3,20	8,00	66,00	63	
		Тефтели из печени с рисом с соусом сметанным	60/60	7,30	8,23	16,38	152,00	301/372	
		Пюре картофельное	130	2,77	3,99	18,55	124,71	339	
		Компот из сушеных фруктов	160	0,00	0,00	12,44	49,60	394	
		Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	ПП	
		Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,70	61,20	ПП	
		Итого за прием пищи	660	15,08	15,82	78,78	506,06		
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		Рыба, запеченная в омлете	80	13,00	5,10	2,50	111,80	263
			Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	130	3,38	3,38	34,41	185,55	180
		Чай с лимоном	180/10/7	0,20	0,00	10,00	41,70	412	
		Печенье	20	1,50	2,00	14,90	83,40	ПП	
		Хлеб пшеничный	20	1,55	0,10	10,05	47,35	ПП	
Итого за прием пищи			457	19,63	10,58	71,86	469,80		
Всего за день			1709	47,42	36,91	207,69	1351,43		