



Утверждаю: ООО "Славия" *С.М. Иселезкина*  
Директор: Опоприенко Ю. М. *12.01.2016*  
Согласовано: МКДОУ "Детский сад № 2 "Теремок"  
Директор: *Иселезкина С.М.*  
12.01.2016

10-ти дневное меню для обеспечения питания детей дошкольного возраста 1-3 лет с 12-часовым пребыванием.

1 день

| Принем пищи, наименование блюда                                                                                           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101                                                                                         | 150          | 7,80             | 7,40    | 28,30       | 200,55                           | 101          |                     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                           | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)                                                                                            | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                           | 1            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 350          | 13,50            | 16,40   | 59,10       | 434,35                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                               | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            | 386          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                      |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47                                                                                     | 150          | 1,90             | 3,80    | 6,20        | 61,20                            | 47           |                     |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319                                                                                   | 150          | 7,50             | 4,80    | 13,90       | 100,10                           | 319          |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                        | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                        | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                   | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 520          | 12,71            | 9,08    | 52          | 305,52                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а                                                                                   | 150          | 4,90             | 4,30    | 14,00       | 118,30                           | 85 а         |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                        | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                            | 6            |                     |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412                                                                                                        | 150          | 0,16             | 0,00    | 11,40       | 46,50                            | 412          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 330          | 7,40             | 4,60    | 39,86       | 234,88                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                            | 1300         | 34,01            | 30,48   | 160,46      | 1020,35                          |              |                     |

Утверждаю: ООО "Славия"

Директор: Оноприенко Ю. М.

12.01.2016

Согласовано:

Директор:

12.01.2016

МКОУ "Детский сад №2 "Теремок"

| Прием пищи, наименование блюда<br>документ №                                                                              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
|                                                                                                                           |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША вязкая МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103                                                                 | 150          | 7,25             | 11,42   | 23,70       | 183,80                           | 103          |                     |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)                                                                                              | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 3            | 2016                |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                        | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 345          | 11,65            | 18,12   | 49,60       | 370,40                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                         | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                      |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43                                                                                  | 150          | 3,30             | 3,16    | 9,80        | 80,90                            | 43           |                     |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304                                                                               | 50/30        | 3,40             | 3,80    | 4,30        | 64,60                            | 304          | 2016                |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136                                                                                                   | 110          | 3,00             | 3,80    | 19,40       | 97,00                            | 136          | 2016                |
| КИСЕЛЬ №247                                                                                                               | 150          | 1,10             | 0,00    | 24,20       | 97,50                            | 247          | 2011                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                        | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                   | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 560          | 14,11            | 11,24   | 78,30       | 439,22                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) №100                                                             | 100/30       | 8,95             | 10,85   | 25,95       | 186,45                           | 100          |                     |
| КАКАО С МОЛОКОМ №416                                                                                                      | 150          | 3,10             | 2,70    | 13,10       | 89,10                            | 416          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 280          | 12,05            | 13,55   | 39,05       | 275,55                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                            | 1285         | 38,31            | 43,04   | 176,75      | 1126,87                          |              |                     |

Утверждаю: ООО "Славия"

Директор: Оноприенко Ю. М.

Согласовано:

Директор:

МКДОУ "Детский сад № 2 "Теремок"  
г. Железнодорожный, Московская область  
12.01.2016

3 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102                                                                                         | 150          | 4,75             | 8,20    | 34,30       | 237,00                           | 102          |                     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)                                                                                            | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                           | 1            | 2016                |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412                                                                                                        | 150          | 0,16             | 0,00    | 11,40       | 46,50                            | 412          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 350          | 8,11             | 15,70   | 65,90       | 453,00                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                         | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                      |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86                                                                                     | 150          | 1,40             | 1,70    | 10,10       | 61,40                            | 86           | 2016                |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261                                                                                   | 60           | 6,56             | 3,06    | 1,54        | 60,00                            | 261          | 2016                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165                                                                                           | 110          | 6,20             | 4,60    | 28,00       | 182,70                           | 165          | 2011                |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                          | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                        | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                   | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 540          | 17,47            | 9,84    | 71,84       | 449,82                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |

|                                    |             |              |              |               |                |     |      |
|------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|------|
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108 | 150         | 0,70         | 0,75         | 4,00          | 26,42          | 108 |      |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                 | 20          | 1,56         | 0,20         | 9,64          | 46,72          | 6   |      |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                 | 150         | 0,00         | 0,00         | 11,30         | 45,00          | 411 | 2016 |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        | <b>320</b>  | <b>2,26</b>  | <b>0,95</b>  | <b>24,94</b>  | <b>118,14</b>  |     |      |
| <b>Всего за день:</b>              | <b>1310</b> | <b>28,34</b> | <b>26,62</b> | <b>172,48</b> | <b>1062,66</b> |     |      |

Утверждаю: ООО "Славия"

Директор: Оноприенко Ю. М.

Согласовано: МКДОУ "Детский сад № 2 "Теремок"

Директор: Железкина С. М.

12.01.2016

12.01.2016

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                     | 150          | 4,50             | 2,60    | 24,30       | 134,00                        | 185          | 2011             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                        | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                         | 414          | 2016             |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)                                                                                       | 30/20        | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                        | 2            | 2016             |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 11,40            | 10,80   | 49,50       | 339,90                        |              |                  |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                            | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                         | 386          | 2016             |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                         |              |                  |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                         | 1,2,3,4,5    |                  |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63                                                                                       | 150          | 1,20             | 3,00    | 7,50        | 61,80                         | 63           | 2016             |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321                                                                                                     | 130          | 22,00            | 20,50   | 19,00       | 340,70                        | 321          |                  |
| КИСЕЛЬ №247                                                                                                            | 150          | 1,10             | 0,00    | 24,20       | 97,50                         | 247          | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                         | 6            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                         | 7            |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 500          | 27,61            | 23,98   | 71,30       | 599,22                        |              |                  |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154                                                                 | 100/30       | 10,10            | 9,20    | 26,20       | 209,60                        | 154          |                  |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413                                                                                                     | 150          | 2,30             | 1,90    | 11,70       | 73,20                         | 413          | 2016             |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 280          | 12,40            | 11,10   | 37,90       | 282,80                        |              |                  |
| Всего за день:                                                                                                         | 1230         | 51,81            | 46,28   | 168,20      | 1267,52                       |              |                  |



Утверждаю: ООО "Славия"  
Директор: Оноприенко Ю. М.  
12.01.2026

Согласовано: МКДОУ "Детский сад №2 "Теремок"  
Директор: Железкин С.М.  
12.01.2026

5 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                  | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                                                                 |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак                                                                         |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85                                        | 150          | 6,30             | 8,32    | 19,80       | 112,62                        | 85           |                  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)                                                    | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                        | 3            | 2016             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                              | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                         | 411          | 2016             |
| Итого за прием пищи:                                                            | 345          | 10,70            | 15,02   | 45,70       | 299,22                        |              |                  |
| II Завтрак                                                                      |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                               | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                         | 399          | 2011             |
| Итого за прием пищи:                                                            | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                         |              |                  |
| Обед                                                                            |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135                                                              | 150          | 1,10             | 2,20    | 6,60        | 53,60                         | 135          | 2011             |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 60/30        | 6,00             | 5,80    | 13,45       | 137,00                        | 455/363      |                  |
| БОБОВЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОХ) № 330                                                  | 100          | 9,60             | 4,60    | 21,30       | 167,00                        | 330          | 2004             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                         | 53           |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                              | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                         | 6            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                         | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                         | 7            |                  |
| Итого за прием пищи:                                                            | 530          | 19,51            | 13,00   | 70,85       | 490,42                        |              |                  |
| Полдник                                                                         |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| БУЛОЧКА №39                                                                     | 50           | 4,70             | 7,00    | 26,20       | 185,60                        | 39           |                  |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(КЕФИР)                                                    | 150          | 5,00             | 4,16    | 6,70        | 190,00                        |              |                  |
| Итого за прием пищи:                                                            | 200          | 9,7              | 11,16   | 32,9        | 375,6                         |              |                  |
| Всего за день:                                                                  | 1175         | 40,41            | 39,31   | 159,25      | 1206,94                       |              |                  |

Утверждаю: ООО "Славия"

Директор: Опоприенко Ю. М.

12.01.2026

Согласовано: МКДОУ "Детский сад №2 "Теремок"

Директор: Железюкина С. М.

12.01.2026

104340017904

ДЛЯ ПРИЕМА ПИЩИ, НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА

ООО "СЛАВИЯ"

12.01.2026

6 день

Сборник рецептов

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                     | 150          | 4,50             | 2,60    | 24,30       | 134,00                        | 185          | 2011             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                        | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                         | 414          | 2016             |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)                                                                                         | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                        | 1            | 2016             |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 10,20            | 11,60   | 55,10       | 367,80                        |              |                  |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                         | 399          | 2011             |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                         |              |                  |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                         | 1,2,3,4,5    |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47                                                                                  | 150          | 1,90             | 3,80    | 6,20        | 61,20                         | 47           |                  |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261                                                                                | 60           | 6,56             | 3,06    | 1,54        | 60,00                         | 261          | 2016             |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136                                                                                                | 110          | 3,00             | 3,80    | 19,40       | 97,00                         | 136          | 2016             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                       | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                         | 53           |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                         | 6            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                         | 7            |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 540          | 14,77            | 11,14   | 59,34       | 363,92                        |              |                  |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 227                                                                                                     | 64           | 7,82             | 7,11    | 0,42        | 97,56                         | 227          | 2016             |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ №5                                                                                                     | 50           | 0,90             | 4,30    | 3,80        | 57,70                         | 5            | 2016             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                         | 6            |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                     | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                         | 411          | 2016             |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 294          | 11,06            | 11,71   | 29,98       | 270,34                        |              |                  |
| Всего за день:                                                                                                         | 1284         | 36,53            | 34,58   | 154,22      | 1043,76                       |              |                  |



Утверждено: ООО "Славия"

Директор: Онопrienko Ю. М.

12.01.2026

Согласовано:

Директор:

7 день

МКДОУ Детский сад №2 "Теремок"  
Железкин С. М.  
12.01.2026

| Прим пищи, наименование блюда                                                                                          | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                                                                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102                                                                                      | 150          | 4,75             | 8,20    | 34,30       | 237,00                        | 102          |                  |
| КАКАО С МОЛОКОМ №416                                                                                                   | 150          | 3,10             | 2,70    | 13,10       | 89,10                         | 416          | 2016             |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)                                                                                       | 30/20        | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                        | 2            | 2016             |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 12,25            | 17,60   | 62,00       | 467,70                        |              |                  |
| II Завтрак                                                                                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                            | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                         | 386          | 2016             |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                         |              |                  |
| Обед                                                                                                                   |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                         | 1,2,3,4,5    |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86                                                                                  | 150          | 1,40             | 1,70    | 10,10       | 61,40                         | 86           | 2016             |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №322                                                                                         | 50           | 8,00             | 7,20    | 8,30        | 130,80                        | 322          | 2016             |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №219                                                                              | 110          | 4,10             | 6,70    | 25,00       | 179,30                        | 219          | 2016             |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412                                                                                                     | 150          | 0,16             | 0,00    | 11,40       | 46,50                         | 412          | 2016             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                     | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                         | 6            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                         | 68           |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 530          | 16,97            | 16,08   | 75,40       | 517,22                        |              |                  |
| Полдник                                                                                                                |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101                                                                                      | 150          | 7,80             | 7,40    | 28,30       | 200,55                        | 101          |                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                        | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                         | 414          | 2016             |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)                                                                                         | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                        | 1            | 2016             |
| Итого за прием пищи:                                                                                                   | 350          | 13,50            | 16,40   | 59,10       | 434,35                        |              |                  |
| Всего за день:                                                                                                         | 1330         | 43,12            | 50,48   | 206,00      | 1464,87                       |              |                  |

Утверждено: ООО "Славия"  
Директор: Оноприенко Ю. М.

Согласовано:  
Директор:

МКДОУ "Детский сад №2 "Теремок"  
Железкин С. И.  
18.01.2016

| Прием пищи, наименование блюда                                                                                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША вязкая молочная из риса и пшЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103                                                                 | 150          | 7,25             | 11,42   | 23,70       | 183,80                           | 103          |                     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                           | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)                                                                                              | 30/5/10      | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 3            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 345          | 14,15            | 19,62   | 48,90       | 389,70                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                                                                                                         | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            | 399          | 2011                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                      |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43                                                                                  | 150          | 3,30             | 3,16    | 9,80        | 80,90                            | 43           |                     |
| ПТИЦА, тушенная в соусе с ОВОЩАМИ № 319                                                                                   | 150          | 7,50             | 4,80    | 13,90       | 100,10                           | 319          |                     |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                          | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                        | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                   | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 520          | 14,11            | 8,44    | 55,90       | 326,72                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 85 а                                                                                   | 150          | 4,90             | 4,30    | 14,00       | 118,30                           | 85 а         |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                                                                                                        | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                            | 411          | 2016                |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                        | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 320          | 6,46             | 4,50    | 34,94       | 210,02                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                            | 1285         | 35,22            | 32,69   | 149,54      | 968,14                           |              |                     |



Утверждаю: ООО "Славия"

Директор: Оноприенко Ю. М.

Согласовано:

Директор:

МКОУ "Детский сад №2 "Теремок"  
Железкин С.М.  
12.01.2026

9 день

| Применение, наименование блюда             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                            |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак                                    |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85   | 150          | 6,30             | 8,32    | 19,80       | 112,62                        | 85           |                  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)             | 40/10        | 3,20             | 7,50    | 20,20       | 169,50                        | 1            | 2016             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                         | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                         | 411          | 2016             |
| Итого за прием пищи:                       | 350          | 9,50             | 15,82   | 51,30       | 327,12                        |              |                  |
| II Завтрак                                 |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                          | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                         | 399          | 2011             |
| Итого за прием пищи:                       | 100          | 0,50             | 0,13    | 9,80        | 41,70                         |              |                  |
| Обед                                       |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47      | 150          | 1,90             | 3,80    | 6,20        | 61,20                         | 47           |                  |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)( говядина) №304 | 50/30        | 3,40             | 3,80    | 4,30        | 64,60                         | 304          | 2016             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165            | 110          | 6,20             | 4,60    | 28,00       | 182,70                        | 165          | 2011             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (изюм) № 53 а  | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                         | 53 а         |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                         | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                         | 6            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                    | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                         | 7            |                  |
| Итого за прием пищи:                       | 530          | 14,31            | 12,60   | 68,00       | 441,32                        |              |                  |
| Полдник                                    |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108         | 150          | 0,70             | 0,75    | 4,00        | 26,42                         | 108          |                  |
| ПЕЧЕНЬЕ №9                                 | 50           | 3,80             | 4,90    | 37,20       | 208,50                        | 9            |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                         | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,30       | 45,00                         | 411          | 2016             |
| Итого за прием пищи:                       | 320          | 4,50             | 5,65    | 52,50       | 279,92                        |              |                  |
| Всего за день:                             | 1300         | 28,81            | 34,20   | 181,60      | 1090,06                       |              |                  |

Утверждаю: ООО "Славия"  
Директор: Оноприенко Ю. М.  
12.01.2026

Согласовано: МШОУ Детский сад № 2 "Теремок"  
Директор: Железкин С. М.  
12.01.2026

| Применение, наименование блюда                                                                                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                                                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Завтрак                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185                                                                                        | 150          | 4,50             | 2,60    | 24,30       | 134,00                           | 185          | 2011                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414                                                                                           | 150          | 2,50             | 1,50    | 10,60       | 64,30                            | 414          | 2016                |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)                                                                                          | 30/20        | 4,40             | 6,70    | 14,60       | 141,60                           | 2            | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 350          | 11,40            | 10,80   | 49,50       | 339,90                           |              |                     |
| II Завтрак                                                                                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386                                                                                               | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            | 386          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,50        | 45,60                            |              |                     |
| Обед                                                                                                                      |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или<br>огурец соленый, или свекла отварная) | 30           | 0,50             | 0,08    | 2,70        | 12,90                            | 1,2,3,4,5    |                     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63                                                                                          | 150          | 1,20             | 3,00    | 7,50        | 61,80                            | 63           | 2016                |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321                                                                                                        | 130          | 22,00            | 20,50   | 19,00       | 340,70                           | 321          |                     |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53                                                                                          | 150          | 0,00             | 0,00    | 11,60       | 46,50                            | 53           |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                                                                                        | 20           | 1,56             | 0,20    | 9,64        | 46,72                            | 6            |                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                                                                                   | 20           | 1,25             | 0,20    | 8,26        | 39,60                            | 7            |                     |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 500          | 26,51            | 23,98   | 58,70       | 548,22                           |              |                     |
| Полдник                                                                                                                   |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154                                                                    | 100/30       | 10,10            | 9,20    | 26,20       | 209,60                           | 154          |                     |
| КАКАО С МОЛОКОМ №416                                                                                                      | 150          | 3,10             | 2,70    | 13,10       | 89,10                            | 416          | 2016                |
| Итого за прием пищи:                                                                                                      | 280          | 13,20            | 11,90   | 39,30       | 298,70                           |              |                     |
| Всего за день:                                                                                                            | 1230         | 51,51            | 47,08   | 157,00      | 1232,42                          |              |                     |

ИТОГО ПО УТВЕРЖДЕННОМУ МЕНЮ

| Итого                      | б      | ж      | уг      | ккал     |
|----------------------------|--------|--------|---------|----------|
| Итого за период            | 388,07 | 384,76 | 1685,50 | 11483,59 |
| Среднее значение за период | 38,81  | 38,48  | 168,55  | 1148,36  |

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011. - 584с.

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/ Под ред. В.Т. Лапиной, -М.:Хлебпродинформ,2004.-640 с.

Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:ДеЛи плюс, 2016. - 640 с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.