

Согласовано:
И.о.заведующего МДОУ д/с № 89
Е.В.Шуревская /Е.В.Шуревская/
подпись расшифровка
« 05» февраля 2026г.



Утверждаю:
Директор ООО "ОБЩЕПИТ 1"
О.А.Чекунков /О.А.Чекунков/
подпись расшифровка
« 05» февраля 2026г.

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
в возрасте от 1 года до 3 лет с дневным пребыванием 12 часов (ясли)**

1 день

№ рецептуры	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
185/2011	Каша молочная манная жидкая с маслом сливочным	150/5	3,4	7,4	16,2	121
392/2011	Чай с сахаром	150/7	0,1	0,0	7,0	28
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,4	8,8	44
	Кондитерские изделия	20	0,8	7,2	12,6	101
	Итого за прием пищи:	352	5,7	15,0	44,6	294
2-ой завтрак						
399/2011	Сок фруктовый, или напиток из шиповника, или фрукты свежие	100	0,7	0,0	12,2	70
	Итого за прием пищи:	100	0,7	0,0	12,2	70
Обед						
31/2011	Суп картофельный с бобовыми	150	4,3	4,2	9,8	81
282/2011	Шницель из говядины рубленый	50	7,4	5,6	7,5	115
400/2022	Макароны отварные с овощами (лук, морковь)	110	4,4	4,8	23,3	157
т.24/1996	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	30	0,5	0,1	2,4	13
320/2022	Компот из плодов сухих	150	0,5	0,0	23,6	93
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,4	8,8	44
	Итого за прием пищи:	540	18,5	15,1	75,4	503
Уплотненный полдник						
94/2011	Суп молочный с крупой	150	6,7	4,8	12,6	120
654/2004	Кисель из плодов шиповника (витаминный)	150	0,1	0,0	26,1	127
454/2011	Пирожки печеные сдобные с повидлом	60	4,5	4,8	34,8	187
	Итого за прием пищи:	360	11,3	9,6	73,5	434
	Всего:		36,2	39,7	205,7	1301

2 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
185/2011	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом сливочным	160/5	4,1	8,7	25,4	154
394/2011	Чай с молоком	150	2,7	3,3	11,3	77
	Хлеб пшеничный	35	2,5	0,7	15,4	77
	Итого за прием пищи:	350	9,3	12,7	52,1	308
2-ой завтрак						
399/2011	Сок фруктовый, или напиток из шиповника, или фрукты свежие	100	0,7	0,0	12,2	70
	Итого за прием пищи:	100	0,7	0,0	12,2	70
Обед						
57/2011	Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяченной	150/5	1,4	4,1	8,1	85
256/2011	Котлеты рыбные любительские	50	7,9	5,6	5,0	104
735/2002	Соус томатный	30	1,3	2,3	2,4	27
321/2011	Пюре картофельное (318/2011 Картофель отварной)*	110	2,2	3,5	15,0	101
т.24/1996	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	30	0,5	0,1	2,4	13
820/2022	Компот из плодов сухих	150	0,5	0,0	23,6	93
	Хлеб пшеничный	35	2,5	0,7	15,4	77
	Итого за прием пищи:	560	16,3	16,3	71,9	500
Уплотненный полдник						
428/2022	Запеканка из творога с яблоками с соусом молочным сладким	100/50	14,6	13,0	21,2	260
351/2011	Чай каркаде с сахаром	150	0,2	0,0	11,3	44
473/2011	Булочка "Веснушка"	50	3,9	5,1	26,9	153
	Итого за прием пищи:	357	18,7	18,1	59,4	457
	Всего:		45,0	47,1	195,6	1335

* При отсутствия протирачного механизма готовить картофель отварной

3 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
185/2011	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом сливочным	160/5	4,5	6,9	19,8	134
774/2022	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,3	1,4	19,5	93
	Хлеб пшеничный	35	2,5	0,7	15,4	77
	Итого за прием пищи:	350	9,3	9,0	54,7	304
2-ой завтрак						
399/2011	Сок фруктовый, или напиток из шиповника, или фрукты свежие	100	0,7	0,0	12,2	70
	Итого за прием пищи:	100	0,7	0,0	12,2	70
Обед						
76/2011	Рассольник ленинградский со сметаной прокипяченной	150/5	3,4	4,1	10,4	84
298/2011 735/2002	Голубцы ленивые с соусом томатным	50/50	7,1	6,9	10,2	127
314/2011	Каша гречневая вязкая	110	3,4	3,7	15,1	107
т.24/1996	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	30	0,5	0,1	2,4	13
820/2022	Компот из плодов сухих	150	0,5	0,0	23,6	93
	Хлеб пшеничный	35	2,5	0,7	15,4	77
	Итого за прием пищи:	580	17,4	15,5	77,1	501
Уплотненный полдник						
322/2002	Рагу из овощей	150	2,4	5,9	11,7	115
654/2004	Кисель из плодов шиповника (витаминный)	150	0,1	0,0	26,1	127
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	13,2	66
	Кондитерские изделия	20	1,6	7,2	13,1	88
	Итого за прием пищи:	350	6,2	13,7	64,1	396
	Всего:		33,6	38,2	208,1	1271

4 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
85/2011	Каша молочная рисовая жидкая с маслом сливочным	160/5	1,6	6,2	16,9	139
94/2011	Чай с молоком	150	2,7	3,3	11,3	77
	Хлеб пшеничный	35	2,5	0,7	15,4	77
	Итого за прием пищи:	350	6,8	10,2	43,6	293
2-ой завтрак						
399/2011	Сок фруктовый, или напиток из шиповника, или фрукты свежие	100	0,7	0,0	12,2	70
	Итого за прием пищи:	100	0,7	0,0	12,2	70
Обед						
85/2011	Суп картофельный с клецками	150	1,3	2,0	7,3	52
500/2004	Биточки рубленые из птицы	50	9,5	8,7	6,0	112
514/2004	Бобовые отварные	110	9,6	5,1	22,3	170
т.24/1996	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	30	0,5	0,1	2,4	13
820/2022	Компот из плодов сухих	150	0,5	0,0	23,6	93
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	13,2	66
	Итого за прием пищи:	520	23,5	16,5	74,8	506
Уплотненный полдник						
ТТК 2	Каша "Дружба" с маслом сливочным	150/5	7,0	6,3	25,6	198
393/2011	Чай с лимоном	150/7/3,5	0,1	0,0	7,1	29
1006/2022	Булочка с повидлом обсыпная	50	3,7	7,6	27,2	192
	Итого за прием пищи:	365	10,8	13,9	59,9	419
	Всего:		41,8	40,6	190,5	1288

5 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
185/2011	Каша молочная "Геркулес" жидкая с маслом сливочным	160/5	3,8	7,0	14,3	138
774/2022	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,3	1,4	19,5	93
	Хлеб пшеничный	35	2,5	0,7	15,4	77
	Итого за прием пищи:	350	8,6	9,1	49,2	308
2-ой завтрак						
399/2011	Сок фруктовый, или напиток из шиповника, или фрукты свежие	100	0,7	0,0	12,2	70
	Итого за прием пищи:	100	0,7	0,0	12,2	70
Обед						
82/2011	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,6	2,7	10,3	76
304/2011	Плов из птицы	160	15,1	12,8	26,8	271
т.24/1996	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	30	0,5	0,1	2,4	13
820/2022	Компот из плодов сухих	150	0,5	0,0	23,6	93
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	13,2	66
	Итого за прием пищи:	520	19,8	16,2	76,3	519
Уплотненный полдник						
422/2002	Икра свекольная	100	2,3	7,4	13,1	129
215/2011	Омлет натуральный	50	5,4	8,5	0,8	98
783/2022	Чай фруктовый	150	0,2	0,0	7,7	32
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	13,2	66
	Итого за прием пищи:	330	10,0	16,5	34,8	325
	Всего:		39,1	41,8	172,5	1222

6 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
185/2011	Каша молочная манная жидкая с маслом сливочным	150/5	3,4	7,4	16,2	121
392/2011	Чай с сахаром	150/7	0,1	0,0	7,0	28
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,4	8,8	44
	Кондитерские изделия	20	0,8	7,2	12,6	101
	Итого за прием пищи:	352	5,7	15,0	44,6	294
2-ой завтрак						
399/2011	Сок фруктовый, или напиток из шиповника, или фрукты свежие	100	0,7	0,0	12,2	70
	Итого за прием пищи:	100	0,7	0,0	12,2	70
Обед						
287/2022	Щи "Нрвгородские" со сметаной прокипяченной	150/5	1,4	4,0	6,1	67
287/2011 735/2002	Тефтели мясные (2-й вариант) с соусом томатным	60/30	11,1	13,2	11,2	209
314/2011	Каша гречневая вязкая	110	3,4	3,7	15,1	107
Т.24/1996	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	30	0,5	0,1	2,4	13
820/2022	Компот из плодов сухих	150	0,5	0,0	23,6	93
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	13,2	66
	Итого за прием пищи:	565	19,0	21,6	71,6	555
Уплотненный полдник						
93/2011	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,3	6,7	14,1	109
654/2004	Кисель из плодов шиповника (витаминный)	150	0,1	0,0	26,1	127
993/2022	Булочка " Забава"	50	6,7	1,8	27,8	148
	Итого за прием пищи:	375	11,1	8,5	68,0	384
	Всего:		36,5	45,1	196,4	1303

7 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
185/2011	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом сливочным	160/5	4,5	6,9	19,8	134
394/2011	Чай с молоком	150	2,7	3,3	11,3	77
	Хлеб пшеничный	35	2,5	0,7	15,4	77
	Итого за прием пищи:	350	9,7	10,9	46,5	288
2-ой завтрак						
399/2011	Сок фруктовый, или напиток из шиповника, или фрукты свежие	100	0,7	0,0	12,2	70
	Итого за прием пищи:	100	0,7	0,0	12,2	70
Обед						
ТТК 30	Суп «Снежок» с птицей отварной	150/5	5,4	6,4	12,0	144
255/2011	Биточки рыбные запеченные	50	6,7	4,8	6,0	81
321/2011	Пюре картофельное (318/2011 Картофель отварной)*	110	2,2	3,5	15,0	101
Т.24/1996	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	30	0,5	0,1	2,4	13
820/2022	Компот из плодов сухих	150	0,5	0,0	23,6	93
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	13,2	66
	Итого за прием пищи:	525	17,4	15,4	72,2	498
Уплотненный полдник						
189/2011	Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным сладким	100/50	7,9	8,5	37,2	241
ТТК 23А	Чай каркаде с сахаром	150	0,2	0,0	11,3	44
473/2011	Булочка "Веснушка"	50	3,9	5,1	26,9	153
	Итого за прием пищи:	357	12,0	13,6	75,4	438
	Всего:		39,8	39,9	206,3	1294

* При отсутствия протирачного механизма готовить картофель отварной

8 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
185/2011	Каша молочная рисовая жидкая с маслом сливочным	160/5	1,6	6,2	16,9	139
774/2022	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,3	1,4	19,5	93
	Хлеб пшеничный	35	2,5	0,7	15,4	77
	Итого за прием пищи:	350	6,4	8,3	51,8	309
2-ой завтрак						
399/2011	Сок фруктовый, или напиток из шиповника, или фрукты свежие	100	0,7	0,0	12,2	70
	Итого за прием пищи:	100	0,7	0,0	12,2	70
Обед						
81/2011	Суп картофельный с бобовыми	150	4,3	4,2	9,8	81
ТТК 1	Гуляш из филе птицы	30/30	9,9	5,7	5,6	106
317/2011	Макаронные изделия отварные	110	4,1	5,3	19,4	123
г.24/1996	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	30	0,5	0,1	2,4	13
820/2022	Компот из плодов сухих	150	0,5	0,0	23,6	93
	Хлеб пшеничный	35	2,5	0,7	15,4	77
	Итого за прием пищи:	535	21,8	16,0	76,2	493
Уплотненный полдник						
443/2011	Вареники из полуфабриката промышленного производства отварные с картофелем с маслом сливочным	150/5	9,8	5,4	31,1	231
393/2011	Чай с лимоном	150/7/3,5	0,1	0,0	7,1	29
	Хлеб пшеничный	25	1,8	0,5	11,0	55
	Кондитерские изделия	20	0,8	7,2	12,6	110
	Итого за прием пищи:	360	12,5	13,1	61,8	425
	Всего:		41,4	37,4	202,0	1297

9 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
185/2011	Каша молочная "Геркулес" жидкая с маслом сливочным	160/5	3,9	7,0	14,3	138
394/2011	Чай с молоком	150	2,7	3,3	11,3	77
	Хлеб пшеничный	35	2,5	0,7	15,4	77
	Итого за прием пищи:	350	9,1	11,0	41,0	292
2-ой завтрак						
399/2011	Сок фруктовый, или напиток из шиповника, или фрукты свежие	100	0,7	0,0	12,2	70
	Итого за прием пищи:	100	0,7	0,0	12,2	70
Обед						
ТТК I	Свекольник горячий со сметаной прокипяченной	150/5	1,1	5,8	7,8	75
500/2004	Биточки рубленые из птицы	50	9,5	8,7	6,0	112
321/2011	Пюре картофельное (318/2011 Картофель отварной)*	110	2,2	3,5	15,0	101
т.24/1996	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	30	0,5	0,1	2,4	13
820/2022	Компот из плодов сухих	150	0,5	0,0	23,6	93
	Хлеб пшеничный	50	3,5	1,0	22,0	110
	Итого за прием пищи:	545	17,3	19,1	76,8	504
Уплотненный полдник						
42/2002	Каша молочная гречневая жидкая с маслом сливочным	150/5	5,8	8,1	22,3	186
783/2022	Чай фруктовый	150	0,2	0,0	7,7	32
470/2011	Булочка дорожная	50	4,4	7,0	26,1	194
	Итого за прием пищи:	355	10,4	15,1	56,1	412
	Всего:		37,5	45,2	186,1	1278

* При отсутствия протирачного механизма готовить картофель отварной

10 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
185/2011	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом сливочным	160/5	4,1	8,7	25,4	154
774/2022	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,3	1,4	19,5	93
	Хлеб пшеничный	35	2,5	0,7	15,4	77
	Итого за прием пищи:	350	8,9	10,8	60,3	324
2-ой завтрак						
399/2011	Сок фруктовый, или напиток из шиповника, или фрукты свежие	100	0,7	0,0	12,2	70
	Итого за прием пищи:	100	0,7	0,0	12,2	70
Обед						
86/2011	Суп-лапша домашняя	150	1,3	3,5	7,2	61
304/2011	Плов из птицы	160	15,1	12,8	26,8	271
т.24/1996	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	30	0,5	0,1	2,4	13
820/2022	Компот из плодов сухих	150	0,5	0,0	23,6	93
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	13,2	66
	Итого за прием пищи:	520	19,5	17,0	73,2	504
Уплотненный полдник						
101/2004	Консервы овощные закусочные (порциями) (икра кабачковая)	100	1,4	5,4	9,0	129
215/2011	Омлет натуральный	50	4,4	8,5	0,8	98
654/2004	Кисель из плодов шиповника (витаминный)	150	0,1	0,0	26,1	127
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	13,2	66
	Итого за прием пищи:	330	8,0	14,5	49,1	420
	Всего:		37,1	42,3	194,8	1318

Всего за 10 дней:		381,3	427,3	1 987,1	12816
Средний итог в целом за период реализации:		38,1	42,7	198,7	1282

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п.2.8) изготовление продукции производится по технологическим документам, в том числе технологической карте, технико-технологической карте, технологической инструкции, разработанным и утвержденным руководителем организации или уполномоченным им лицом и утвержденными руководителем организации. Наименование блюд и кулинарных изделий, указываемых в меню, соответствуют их наименованиям, указанным в технологических документах, составленными на основе действующих Сборников рецептур:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

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

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / Под ред. Заместителя Президента Российской академии образования Академика РАН профессора Г.Г. Онищенко и Научного Руководителя ФГБУН "ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи" Академика РАН В.А. Тутельяна, Москва 2022 - 698с.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Под ред. Ф.Л. Марчука - М.: Хлебпродинформ, 1996. - 620с