СОГЛАСОВАНО

(Должность)

(ФИО)

(Дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (Должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

01.10.2026 (Дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	250	6,92	10,77	40,50	286,75	274
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4	111
	Какао с молоком сгущенным (1-й вариант)	200	3,70	3,80	24,50	147	510
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**485**	**12,89**	**19,56**	**80,46**	**549,75**	
10:00	Сок яблочный	180	0,90	0,18	17,82	77,4	442
	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,4	609
ИТОГО ЗА 10:00		**200**	**2,40**	**2,14**	**32,70**	**160,8**	
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой	250	2,13	5,10	14,55	112,5	160
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	80	11,40	11,10	5,20	166	14/8
	Макаронные изделия отварные	150/5	5,51	4,20	33,30	• 196	147
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**730**	**22,84**	**21,00**	**88,05**	**633,5**	
ПОЛДНИК	Булочка российская	80	5,74	6,66	47,06	270,66	586
	Снежок	200	5,10	4,40	19,70	138,5	б/н
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**280**	**10,84**	**11,06**	**66,76**	**409,16**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1695**	**48,97**	**53,76**	**267,97**	**1753,21**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1695**	**48,97**	**53,76**	**267,97**	**1753,21**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1695**	**48,97**	**53,76**	**267,97**	**1753,21**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

01.10.2026 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,54	8,62	32,40	229,4	274
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4	111
	Какао с молоком сгущенным (1-й вариант)	180	3,33	3,42	22,05	132,3	510
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**415**	**11,14**	**17,03**	**69,91**	**477,7**	
10:00	Сок яблочный	150	0,75	0,15	14,85	64,5	442
	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,4	609
ИТОГО ЗА 10:00		**170**	**2,25**	**2,11**	**29,73**	**147,9**	
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой	200	1,70	4,08	11,64	90	160
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	70	9,98	9,72	4,55	145,25	14/8
	Макаронные изделия отварные	120/4	4,40	3,36	26,64	156,8	147
	Компот из сухофруктов	180	0,45	0,00	16,47	64,8	6/10
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**610**	**19,17**	**17,64**	**72,66**	**526,45**	
ПОЛДНИК	Булочка российская	70	5,02	5,83	41,18	236,83	586
	Снежок	180	4,59	3,96	17,73	124,65	б/н
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**250**	**9,61**	**9,79**	**58,91**	**361,48**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1445**	**42,17**	**46,57**	**231,21**	**1513,53**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1445**	**42,17**	**46,57**	**231,21**	**1513,53**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1445**	**42,17**	**46,57**	**231,21**	**1513,53**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

01.10.2026 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	250	7,75	9,33	38,58	269,25	268
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4	111
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	200	3,20	2,70	15,90	79	513
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**485**	**13,22**	**17,02**	**69,94**	**464,25**	
ОБЕД	Суп рыбный	250	15,92	0,75	11,53	131,8	41
	Рыба, тушенная в томате с овощами	120	17,90	8,10	3,70	159	54
	Салат из капусты белокочанной	60	1,26	6,06	5,58	81,6	1
	Картофельное пюре	180	3,73	5,04	24,71	162	3/3
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**860**	**42,61**	**20,55**	**80,52**	**693,4**	
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	100	8,62	13,38	2,31	163,08	307
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Чай с сахаром	180	10,80	2,75	11,70	44,35	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**310**	**21,67**	**17,00**	**29,43**	**286,03**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1655**	**77,50**	**54,57**	**179,89**	**1443,68**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1655**	**77,50**	**54,57**	**179,89**	**1443,68**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1655**	**77,50**	**54,57**	**179,89**	**1443,68**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

01.10.2026 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	200	6,20	7,46	30,86	215,4	268
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4	111
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	180	2,88	2,43	14,31	71,1	513
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**415**	**11,35**	**14,88**	**60,63**	**402,5**	
ОБЕД	Суп рыбный	200	12,74	0,60	9,22	105,44	41
	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	13,43	6,08	2,77	119,25	54
	Салат из капусты белокочанной	45	0,94	4,55	4,19	61,2	1
	Картофельное пюре	150	3,10	4,20	20,59	135	3/3
	Компот из сухофруктов	180	0,45	0,00	16,47	64,8	6/10
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**705**	**33,30**	**15,91**	**66,60**	**555,29**	
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	80	6,90	10,70	1,85	130,46	307
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Чай с сахаром	150	9,00	2,29	9,75	36,96	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**260**	**18,15**	**13,86**	**27,02**	**246,02**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1380**	**62,80**	**44,65**	**154,25**	**1203,81**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1380**	**62,80**	**44,65**	**154,25**	**1203,81**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1380**	**62,80**	**44,65**	**154,25**	**1203,81**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

01.10.2026 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,12	6,58	23,72	182,5	171
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4	111
	Какао с молоком	200	3,60	3,60	18,30	117	201
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**485**	**12,99**	**15,17**	**57,48**	**415,5**	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	250	2,30	4,25	15,13	108	149
	Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной)	180	3,73	6,84	38,16	157,19	440
	Биточки рубленые из птицы паровые	80	11,93	12,62	8,09	194	306
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**760**	**21,76**	**24,31**	**96,38**	**618,19**	
ПОЛДНИК	Пудинг творожный запеченный	120	16,56	15,76	25,36	309,6	325
	Чай с сахаром	180	10,80	2,75	11,70	44,35	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**300**	**27,36**	**18,51**	**37,06**	**353,95**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1545**	**62,11**	**57,99**	**190,92**	**1387,64**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1545**	**62,11**	**57,99**	**190,92**	**1387,64**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1545**	**62,11**	**57,99**	**190,92**	**1387,64**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

01.10.2026 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,70	5,26	18,98	146	171
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4	111
	Какао с молоком	150	2,70	2,70	13,72	87,75	201
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**385**	**10,67**	**12,95**	**48,16**	**349,75**	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	1,84	3,40	12,10	86,4	149
	Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной)	150	3,10	5,70	31,80	131	440
	Биточки рубленые из птицы паровые	70	10,44	11,04	7,08	169,75	306
	Компот из сухофруктов	180	0,45	0,00	16,47	64,8	6/10
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**640**	**18,47**	**20,62**	**80,81**	**521,55**	
ПОЛДНИК	Пудинг творожный запеченный	100	13,80	13,13	21,13	258	325
	Чай с сахаром	150	9,00	2,29	9,75	36,96	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**250**	**22,80**	**15,42**	**30,88**	**294,96**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1275**	**51,94**	**48,99**	**159,85**	**1166,26**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1275**	**51,94**	**48,99**	**159,85**	**1166,26**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1275**	**51,94**	**48,99**	**159,85**	**1166,26**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

01.10.2026 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	9,00	8,25	36,62	257,5	2/4
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4	111
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	200	3,20	2,70	15,90	79	513
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**485**	**14,47**	**15,94**	**67,98**	**452,5**	
10:00	Снежок	200	5,10	4,40	19,70	138,5	б/н
ИТОГО ЗА 10:00		**200**	**5,10**	**4,40**	**19,70**	**138,5**	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	4,98	7,77	83	147
	Гуляш из отварного мяса	80	10,31	8,15	2,62	125	277
	Рис отварной	180	4,43	7,29	40,57	245,52	419
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**760**	**20,29**	**21,02**	**85,96**	**612,52**	
ПОЛДНИК	Ватрушки с повидлом	80	4,94	2,26	54,54	258,66	559
	Чай с сахаром	180	10,80	2,75	11,70	44,35	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**260**	**15,74**	**5,01**	**66,24**	**303,01**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1705**	**55,60**	**46,37**	**239,88**	**1506,53**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1705**	**55,60**	**46,37**	**239,88**	**1506,53**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1705**	**55,60**	**46,37**	**239,88**	**1506,53**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

01.10.2026 (дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,20	6,60	29,30	206	2/4
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4	111
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	180	2,88	2,43	14,31	71,1	513
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**415**	**12,35**	**14,02**	**59,07**	**393,1**	
10:00	Снежок	180	4,59	3,96	17,73	124,65	б/н
ИТОГО ЗА 10:00		**180**	**4,59**	**3,96**	**17,73**	**124,65**	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,40	3,98	6,22	66,4	147
	Гуляш из отварного мяса	70	9,02	7,13	2,30	109,38	277
	Рис отварной	150	3,69	6,08	33,81	204,6	419
	Компот из сухофруктов	180	0,45	0,00	16,47	64,8	6/10
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**640**	**17,20**	**17,67**	**72,16**	**514,78**	
ПОЛДНИК	Ватрушки с повидлом	70	4,32	1,98	47,72	226,33	559
	Чай с сахаром	150	9,00	2,29	9,75	36,96	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**220**	**13,32**	**4,27**	**57,47**	**263,29**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1455**	**47,46**	**39,92**	**206,43**	**1295,82**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1455**	**47,46**	**39,92**	**206,43**	**1295,82**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1455**	**47,46**	**39,92**	**206,43**	**1295,82**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

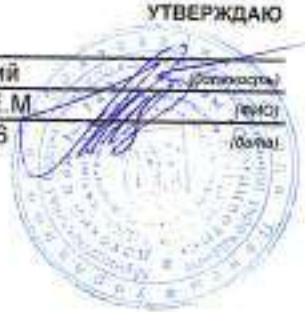
(Дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М (ФИО)

24.09.2026 (Дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	200	7,16	9,40	28,80	228,4	272
	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,50	4,56	14,14	117,64	2
	Какао с молоком	150	2,70	2,70	13,72	87,75	201
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**395**	**14,36**	**16,66**	**56,66**	**433,79**	
10:00	Яблоки	150	0,60	0,60	14,70	70,5	144
ИТОГО ЗА 10:00		**150**	**0,60**	**0,60**	**14,70**	**70,5**	
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200	1,96	3,92	11,12	87,5	47
	Рагу из птицы	150	11,83	12,34	13,64	212,57	412
	Компот из сухофруктов	180	0,45	0,00	16,47	64,8	6/10
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**570**	**16,88**	**16,74**	**54,59**	**434,47**	
ПОЛДНИК	Биточки (котлеты) рыбные	70	9,62	1,40	5,60	73,5	9/7
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Чай с сахаром	150	9,00	2,29	9,75	36,96	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**250**	**20,87**	**4,56**	**30,77**	**189,06**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1365**	**52,71**	**38,56**	**156,72**	**1127,82**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1365**	**52,71**	**38,56**	**156,72**	**1127,82**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1365**	**52,71**	**38,56**	**156,72**	**1127,82**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

24.09.2026 (дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	250	8,95	11,75	36,00	285,5	272
	Бутерброд с маслом и сыром	50	5,00	5,07	15,72	130,71	2
	Какао с молоком	200	3,60	3,60	18,30	117	201
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**17,55**	**20,42**	**70,02**	**533,21**	
10:00	Яблоки	150	0,60	0,60	14,70	70,5	144
ИТОГО ЗА 10:00		**150**	**0,60**	**0,60**	**14,70**	**70,5**	
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	250	2,45	4,90	13,90	109,38	47
	Рагу из птицы	170	13,41	13,99	15,45	240,91	412
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**670**	**19,66**	**19,49**	**64,35**	**509,29**	
ПОЛДНИК	Биточки (котлеты) рыбные	80	11,00	1,60	6,40	84	9/7
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Чай с сахаром	180	10,80	2,75	11,70	44,35	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**290**	**24,05**	**5,22**	**33,52**	**206,95**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1610**	**61,86**	**45,73**	**182,59**	**1319,95**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1610**	**61,86**	**45,73**	**182,59**	**1319,95**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1610**	**61,86**	**45,73**	**182,59**	**1319,95**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

22.10.2026 (дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная жидкая	250	9,75	11,83	44,75	354,5	273
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4	111
	Какао с молоком сгущенным (1-й вариант)	200	3,70	3,80	24,50	147	510
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**485**	**15,72**	**20,62**	**84,71**	**617,5**	
ОБЕД	Свекольник	250	2,18	4,45	12,02	97	136
	Макаронные изделия отварные	150/5	5,51	4,20	33,30	196	147
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	70	9,98	9,72	4,55	145,25	14/8
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**720**	**21,47**	**18,97**	**84,87**	**597,25**	
ПОЛДНИК	Творожники песочные	100	10,20	18,60	42,40	378	596
	Чай с сахаром	180	10,80	2,75	11,70	44,35	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**280**	**21,00**	**21,35**	**54,10**	**422,35**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1485**	**58,19**	**60,94**	**223,68**	**1637,1**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1485**	**58,19**	**60,94**	**223,68**	**1637,1**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1485**	**58,19**	**60,94**	**223,68**	**1637,1**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

22.10.2026 (дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная жидкая	200	7,80	9,46	35,80	283,6	273
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4	111
	Какао с молоком сгущенным (1-й вариант)	180	3,33	3,42	22,05	132,3	510
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**415**	**13,40**	**17,87**	**73,31**	**531,9**	
ОБЕД	Свекольник	200	1,74	3,56	9,62	77,6	136
	Макаронные изделия отварные	120/4	4,40	3,36	26,64	156,8	147
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	65	9,26	9,02	4,22	134,88	14/8
	Компот из сухофруктов	180	0,45	0,00	16,47	64,8	6/10
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**605**	**18,49**	**16,42**	**70,31**	**503,68**	
ПОЛДНИК	Творожники песочные	70	7,14	13,02	29,68	264,6	596
	Чай с сахаром	150	9,00	2,29	9,75	36,96	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**220**	**16,14**	**15,31**	**39,43**	**301,56**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1240**	**48,03**	**49,60**	**183,05**	**1337,14**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1240**	**48,03**	**49,60**	**183,05**	**1337,14**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1240**	**48,03**	**49,60**	**183,05**	**1337,14**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

22.10.2026 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	250	7,75	9,33	38,58	269,25	268
	Бутерброд с маслом и сыром	50	5,00	5,07	15,72	130,71	2
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	200	3,20	2,70	15,90	79	513
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**15,95**	**17,10**	**70,20**	**478,96**	
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	250	2,05	3,10	12,58	86,5	85
	Салат из капусты белокочанной	60	1,26	6,06	5,58	81,6	1
	Рагу из отварного мяса говядины	170	12,84	11,73	13,94	214,2	6/8
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**730**	**19,95**	**21,49**	**67,10**	**541,3**	
ПОЛДНИК	Ватрушка с творогом	80	10,46	9,97	32,25	260,92	5/12
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,40	0,00	29,00	122	516
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**280**	**11,86**	**9,97**	**61,25**	**382,92**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1510**	**47,76**	**48,56**	**198,55**	**1403,18**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1510**	**47,76**	**48,56**	**198,55**	**1403,18**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1510**	**47,76**	**48,56**	**198,55**	**1403,18**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

22.10.2026 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	200	6,20	7,46	30,86	215,4	268
	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,50	4,56	14,14	117,64	2
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	180	2,88	2,43	14,31	71,1	513
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**425**	**13,58**	**14,45**	**59,31**	**404,14**	
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	200	1,64	2,48	10,06	69,2	85
	Салат из капусты белокочанной	45	0,94	4,55	4,19	61,2	1
	Рагу из отварного мяса говядины	150	11,33	10,35	12,30	189	6/8
	Компот из сухофруктов	180	0,45	0,00	16,47	64,8	6/10
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**615**	**17,00**	**17,86**	**56,38**	**453,8**	
ПОЛДНИК	Ватрушка с творогом	70	9,16	8,72	28,22	228,3	5/12
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1,26	0,00	26,10	109,8	516
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**250**	**10,42**	**8,72**	**54,32**	**338,1**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1290**	**41,00**	**41,03**	**170,01**	**1196,04**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1290**	**41,00**	**41,03**	**170,01**	**1196,04**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1290**	**41,00**	**41,03**	**170,01**	**1196,04**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

22.10.2026 (дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	250	6,92	10,77	40,50	286,75	274
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4	111
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	200	3,20	2,70	15,90	79	513
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**485**	**12,39**	**18,46**	**71,86**	**481,75**	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	4,98	7,77	83	147
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	253,05	243
	Курица в соусе с томатом	80	9,06	9,00	2,74	128	410
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**730**	**23,16**	**22,43**	**82,59**	**623,05**	
ПОЛДНИК	Биточки (котлеты) рыбные	80	11,00	1,60	6,40	84	9/7
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Чай с сахаром	180	10,80	2,75	11,70	44,35	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**290**	**24,05**	**5,22**	**33,52**	**206,95**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1505**	**59,60**	**46,11**	**187,97**	**1311,75**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1505**	**59,60**	**46,11**	**187,97**	**1311,75**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1505**	**59,60**	**46,11**	**187,97**	**1311,75**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

22.10.2026 (дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,54	8,62	32,40	229,4	274
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4	111
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	180	2,88	2,43	14,31	71,1	513
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**415**	**10,69**	**16,04**	**62,17**	**416,5**	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,40	3,98	6,22	66,4	147
	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,84	6,28	29,66	202,44	243
	Курица в соусе с томатом	70	7,93	7,88	2,39	112	410
	Компот из сухофруктов	180	0,45	0,00	16,47	64,8	6/10
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**610**	**19,26**	**18,62**	**68,10**	**515,24**	
ПОЛДНИК	Биточки (котлеты) рыбные	70	9,62	1,40	5,60	73,5	9/7
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Чай с сахаром	150	9,00	2,29	9,75	36,96	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**250**	**20,87**	**4,56**	**30,77**	**189,06**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1275**	**50,82**	**39,22**	**161,04**	**1120,8**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1275**	**50,82**	**39,22**	**161,04**	**1120,8**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1275**	**50,82**	**39,22**	**161,04**	**1120,8**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

18.02.2026 (дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	9,00	8,25	36,62	257,5	2/4
	Бутерброд с маслом и сыром	50	5,00	5,07	15,72	130,71	2
	Какао с молоком	200	3,60	3,60	18,30	117	201
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**17,60**	**16,92**	**70,64**	**505,21**	
10:00	Снежок	200	5,10	4,40	19,70	138,5	б/н
ИТОГО ЗА 10:00		**200**	**5,10**	**4,40**	**19,70**	**138,5**	
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,13	1,38	14,25	78,75	18/2
	Картофельное пюре	180	3,73	5,04	24,71	162	3/3
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	80	11,40	11,10	5,20	166	14/8
	Салат из белокочанной капусты	60	1,20	2,70	5,50	51	3
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**820**	**22,26**	**20,82**	**84,66**	**616,75**	
ПОЛДНИК	Ватрушки с повидлом	80	4,94	2,26	54,54	258,66	559
	Чай с сахаром	180	10,80	2,75	11,70	44,35	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**260**	**15,74**	**5,01**	**66,24**	**303,01**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1780**	**60,70**	**47,15**	**241,24**	**1563,47**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1780**	**60,70**	**47,15**	**241,24**	**1563,47**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1780**	**60,70**	**47,15**	**241,24**	**1563,47**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)



УТВЕРЖДАЮ

заведующий	(должность)
Мезенкова Е.М.	(ФИО)
18.02.2026	(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,20	6,60	29,30	206	2/4
	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,50	4,56	14,14	117,64	2
	Какао с молоком	150	2,70	2,70	13,72	87,75	201
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**395**	**14,40**	**13,86**	**57,16**	**411,39**	
10:00	Снежок	180	4,59	3,96	17,73	124,65	б/н
ИТОГО ЗА 10:00		**180**	**4,59**	**3,96**	**17,73**	**124,65**	
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,70	1,10	11,40	63	18/2
	Картофельное пюре	150	3,10	4,20	20,59	135	3/3
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	70	9,98	9,72	4,55	145,25	14/8
	Салат из белокочанной капусты	40	0,80	1,80	3,67	34	3
	Компот из сухофруктов	180	0,45	0,00	16,47	64,8	6/10
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**680**	**18,67**	**17,30**	**70,04**	**511,65**	
ПОЛДНИК	Ватрушки с повидлом	70	4,32	1,98	47,72	226,33	559
	Чай с сахаром	150	9,00	2,29	9,75	36,96	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**220**	**13,32**	**4,27**	**57,47**	**263,29**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1475**	**50,98**	**39,39**	**202,40**	**1310,98**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1475**	**50,98**	**39,39**	**202,40**	**1310,98**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1475**	**50,98**	**39,39**	**202,40**	**1310,98**	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

08.10.2025 (дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	250	6,95	11,75	36,00	285,5	272
	Бутерброд с маслом и сыром	50	5,00	5,07	15,72	130,71	2
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	200	3,20	2,70	15,90	79	513
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**17,15**	**19,52**	**67,62**	**495,21**	
10:00	Яблоки	150	0,60	0,60	14,70	70,5	144
ИТОГО ЗА 10:00		**150**	**0,60**	**0,60**	**14,70**	**70,5**	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	1,83	5,00	10,65	95	133
	Плов из курицы	170	15,81	18,79	33,40	368,05	100
	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,8	5
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**730**	**22,10**	**30,45**	**85,41**	**704,85**	
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	100	8,62	13,38	2,31	163,08	307
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Чай с сахаром	180	10,80	2,75	11,70	44,35	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**310**	**21,67**	**17,00**	**29,43**	**286,03**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1690**	**61,52**	**67,57**	**197,16**	**1556,59**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1690**	**61,52**	**67,57**	**197,16**	**1556,59**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1690**	**61,52**	**67,57**	**197,16**	**1556,59**	

СОГЛАСОВАНО

(Должность)

(ФИО)

(Дата)

УТВЕРЖДАЮ

заведующий (Должность)

Мезенкова Е.М. (ФИО)

08.10.2025 (Дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	200	7,16	9,40	28,80	228,4	272
	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,50	4,56	14,14	117,64	2
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	180	2,88	2,43	14,31	71,1	513
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**425**	**14,54**	**16,39**	**57,25**	**417,14**	
10:00	Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56,4	144
ИТОГО ЗА 10:00		**120**	**0,48**	**0,48**	**11,76**	**56,4**	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,00	8,52	76	133
	Плов из курицы	150	13,95	16,58	29,47	324,75	100
	Салат витаминный	45	0,50	4,55	4,77	62,1	5
	Компот из сухофруктов	180	0,45	0,00	16,47	64,8	6/10
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		**615**	**19,00**	**25,61**	**72,59**	**597,25**	
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	80	6,90	10,70	1,85	130,46	307
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Чай с сахаром	150	9,00	2,29	9,75	36,96	132
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**260**	**18,15**	**13,86**	**27,02**	**246,02**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1420**	**52,17**	**56,34**	**168,62**	**1316,81**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1420**	**52,17**	**56,34**	**168,62**	**1316,81**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1420**	**52,17**	**56,34**	**168,62**	**1316,81**	