

Заведующий МАДОУ «Детский сад №131»

А.М. Тузовская

Приказ от «26» мая 2025 №66-осн



Основное (организованное) меню

для организации питания детей от 3 года до 7 лет
муниципального автономного дошкольного образовательного

учреждения

«Детский сад №131»

(МАДОУ «Детский сад №131»)

г. Барнаул

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

подпись

расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 1							
Завтрак							
	Макаронны, запеченные с яйцом и сыром .	175	10,49	9,46	24,18	254,31	221
	Чай черный с сахаром	180	0,32	0,00	10,77	43,25	413
	Хлеб пшеничный с маслом	45	2,5	3,97	15,47	129,1	1
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	386
Итого за завтрак		500	13,71	13,83	60,22	473,66	
Обед							
	Рассольник ленинградский с мясом и сметаной	180	8,0	13,37	19,31	226,98	82
	Жаркое по-домашнему	200	10,77	21,31	24,34	281,34	292
	Компот из изюма.	180	0,97	0,00	23,84	60,8	394
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	8,96	44,0	115
Итого за обед		600	21,84	35,08	85,25	661,12	
Полдник							
	Печенье	50	3,5	1,2	33,5	150,0	б/н
	Снежок	200	5,5	5,0	8,0	100,0	333
Итого за полдник		250	9,0	6,2	41,5	250,0	
	Рагу из овощей с маслом	180	4,3	4,34	26,29	191,72	148
	Зеленый горошек консервированный порционно	40	1,0	0,00	2,5	17,5	338
	Сок фруктовый	180	0,00	0	23,0	92,0	418
	Хлеб пшеничный	20	1,75	0,25	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,44	66,0	115
Итого за ужин		450	9,45	4,89	74,03	415,22	
Итого за 1 день.		1800	54,00	60,0	261,0	1800,00	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

подпись

расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 2							
Завтрак							
	Суфле из творога запеченное	155	6,1	7,48	23,46	277,42	9
	Соус молочный сладкий	20	0,54	1,29	8,55	27,98	369
	Какао с молоком и сахаром	180	1,99	2,74	12,11	87,39	416
	Хлеб пшеничный с маслом	45	2,5	3,97	15,47	129,1	1
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	386
Итого за завтрак		500	11,53	15,88	69,39	568,89	
Обед							
	Суп с вермишелью на курб	180	2,81	9,98	20,88	149,28	163
	Курица отварная горчицно	70	7,95	9,81	7,34	220,6	317
	Капуста тушеная	130	2,87	6,09	19,26	129,4	143
	Компот из сухофруктов	180	0,00	0,00	16,92	46,02	390
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	8,96	44,0	115
Итого за обед		600	16,63	26,28	82,16	637,3	
Полдник							
	Хачапури с сыром	60	6,04	4,32	30,28	137,6	583
	Молоко кипяченое	190	5,4	4,5	8,46	95,4	419
Итого за полдник		250	11,4	8,82	38,74	233,0	
Ужин							
	Каша гречневая с овощами с маслом	180	10,44	8,52	34,09	181,85	394
	Огурчик свежий	40	0,00	0,00	1,5	6,0	13
	Напиток из плодов шиповника с сахаром	180	0,20	0,00	12,88	58,96	417
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,44	66,0	115
Итого за ужин		450	14,44	9,02	70,71	360,81	
Итого за 2 день		1800	54,0	60,0	261,0	1800,0	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

подпись

расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 3							
Завтрак							
	Каша ячневая вязкая молочная с маслом	165	4,32	7,13	22,24	153,46	182
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	0,90	2,5	12,84	86,14	414
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	55	6,98	6,33	17,82	130,55	421
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	386
Итого за завтрак		500	12,6	16,36	62,7	417,15	
Обед							
	Свекольник со сметаной и мясом	180	7,32	9,68	15,85	233,75	99
	Суфле из печени	70	8,84	9,81	15,54	209,51	413
	Пюре картофельное	130	4,94	6,90	13,61	98,0	339
	Компот из изюма	180	0,07	0,00	23,84	60,8	394
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	8,96	44,0	115
Итого за обед		600	24,17	26,79	86,6	694,06	
Полдник							
	Йогурт	190	5,0	4,5	7,2	91,0	6
	Булочка Домашняя	60	0,91	1,53	30,24	145,0	583
Итого за полдник		250	5,91	6,03	37,44	236,0	
Ужин							
	Пудинг маннй под сладким соусом	160	6,88	10,24	35,78	271,19	290
	Кукуруза консервированная порционно	40	0,44	0,08	2,24	11,6	366
	Чай черный с сахаром	200	0,2	0,00	14,0	56,0	413
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,44	66,0	115
Итого за ужин		450	11,32	10,82	74,26	452,79	
Итого за 3 день		1800	54,0	60,0	261,0	1800,0	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

подпись

расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 4							
Завтрак							
	Каша пшеничная молочная с маслом	175	8,3	8,79	32,77	225,45	264
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	0,90	2,5	12,84	86,14	414
	Хлеб пшеничный с маслом	45	2,5	3,97	15,47	129,1	1
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	386
Итого за завтрак		500	12,1	15,66	70,88	487,69	
Обед							
	Суп гороховый с мясом и сметаной	180	6,25	9,47	18,89	232,19	87
	Кнели из говядины запеченные	70	7,91	9,52	13,09	125,1	422
	Свекла тушеная	130	1,41	7,07	24,0	111,42	145
	Кисель из повидла	180	0,06	0,00	18,64	90,87	517
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	8,96	44,0	115
Итого за обед		600	17,22	26,56	92,38	651,58	
Полдник							
	Калач на сметане	60	5,04	3,32	20,28	136,60	442
	Молоко кипяченое	190	5,4	4,5	8,46	95,4	419
Итого за полдник		250	10,44	7,82	28,74	232,0	
Ужин							
	Рыбно-рисовое суфле под сметанным соусом	180	9,68	9,4	30,25	248,3	423
	Огурчик соленый порционно	40	0,4	0,06	4,54	18,37	35
	Чай черный с сахаром и лимоном	180	0,36	0,00	11,97	48,06	412
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,44	66,0	115
Итого за ужин		450	14,24	9,96	69,0	428,73	
Итого за 4 день		1800	54,0	60,0	261,0	1800,00	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения Бугур
подпись

Бугуровская Ф.В.
расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 5							
Завтрак							
	Вермишель в молоке с маслом	175	6,65	7,73	28,69	142,37	100
	Какао с молоком и сахаром	180	1,99	2,74	12,11	87,39	416
	Хлеб пшеничный с маслом	45	2,5	3,97	15,47	129,1	1
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	386
Итого за завтрак		500	11,54	14,84	66,07	405,86	
Обед							
	Борщ с мясом и сметаной	180	7,69	9,58	22,2	150,29	133
	Плов с говядиной	200	10,11	12,14	22,5	323,08	99
	Компот из сухофруктов	180	0,00	0,00	16,92	46,02	390
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	8,96	44,0	115
Итого за обед		600	20,8	22,12	79,38	611,39	
Полдник							
	Вафли	50	2,25	1,2	33,5	210,5	607
	Варенец	200	4,5	5,0	4,5	90,0	11
Итого за полдник		250	6,75	6,2	38,0	300,5	
Ужин							
	Сырники из творога, запеченные под молочным соусом	160	9,6	11,79	22,99	199,36	327
	Овощи отварные порционно (морковь)	40	1,51	4,55	9,41	76,89	6/н
	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	23,0	92,0	418
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,44	66,0	115
Итого за ужин		450	14,91	16,84	77,55	482,25	
Итого за 5 день		1800	54,0	60,0	261,0	1800,0	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

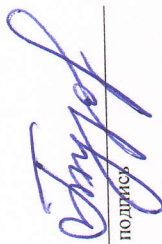
подпись

расшифровка

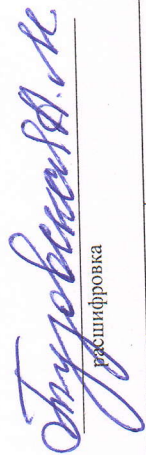
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 6							
Завтрак							
	Каша кукурузная молочная	165	5,50	9,12	23,03	178,45	330
	Кофейный напиток и сахаром	180	0,90	0,00	12,84	86,14	420
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	55	6,98	6,33	17,82	130,55	421
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	386
Итого за завтрак		500	13,78	15,85	63,49	442,14	
Обед							
	Суп Московский с мясом и сметаной	180	6,9	6,27	10,32	154,76	86
	Азу	70	7,81	15,58	17,04	185,18	370
	Пюре картофельное	130	3,9	3,98	21,4	134,26	339
	Компот из изюма	180	0,07	0,00	23,84	60,8	394
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	8,96	44,0	115
Итого за обед		600	21,68	26,23	90,36	627,0	
Полдник							
	Печенье	50	3,5	1,2	33,5	150,0	б/н
	Снежок	200	5,5	5,0	8,0	100,0	333
Итого за полдник		250	9,0	6,2	41,5	250,0	
Ужин							
	Капустная запеканка с маслом	160	4,74	11,22	17,91	257,36	165
	Зеленый горошек консервированный порционно	40	1,0	0,00	2,5	17,5	338
	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	23,0	92,0	418
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,44	66,0	115
Итого за ужин		450	9,54	11,72	65,65	480,86	
Итого за 6 день		1800	54,0	60,0	261,0	1800,0	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения



подпись



расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 7							
Завтрак							
	Запеканка творожная	160	5,63	8,11	29,12	192,23	251
	Соус молочный сладкий с маслом	20	1,51	3,25	9,41	76,95	369
	Какао с молоком и сахаром	180	1,99	2,74	12,11	87,39	416
	Хлеб пшеничный с маслом	45	2,5	3,97	15,47	129,1	1
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	386
Итого за завтрак		500	12,03	18,47	75,91	532,67	
Обед							
	Суп фасолевый с мясом и сметаной	180	4,71	7,52	16,36	199,7	87
	Суфле из курицы, запеченное с молочным соусом	70	5,67	9,54	5,11	204,49	324
	Макаронные отварные с маслом	130	2,57	2,43	15,9	99,94	218
	Компот из сухофруктов	180	0,00	0,00	16,92	46,02	390
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	8,96	44,0	115
Итого за обед		600	15,95	19,89	72,05	642,15	
Полдник							
	Расстегай с повидлом	60	5,39	1,76	38,10	117,61	112
	Молоко кипяченое	190	5,4	4,5	8,46	95,4	419
Итого за полдник		250	10,79	6,26	46,56	213,01	
Ужин							
	Пудинг рыбный запеченный	180	10,67	14,83	28,59	231,79	285
	Овощи отварные порционно (свекла)	40	0,4	0,05	3,68	18,32	6/н
	Чай черный с сахаром и лимоном	180	0,36	0,00	11,97	48,06	412
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,44	66,0	115
Итого за ужин		450	15,23	15,38	66,48	412,17	
Итого за 7 день		1800	54,0	60,0	261,0	1800,0	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

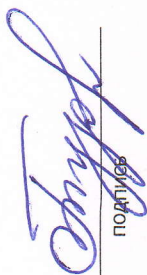
подпись

расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 8							
Завтрак							
	Каша манная молочная с маслом	165	6,22	8,43	27,93	166,44	268
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	0,90	2,5	12,84	86,14	414
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	55	6,98	6,33	17,82	130,55	421
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	386
Итого за завтрак		500	14,5	17,66	58,97	469,48	
Обед							
	Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	180	2,99	6,97	17,70	201,18	145
	Печень говяжья по-строгановски	70	9,70	10,97	14,2	196,2	403
	Рис отварной	130	2,84	4,02	9,26	99,98	332
	Компот из изюма	180	0,07	0,00	23,84	60,8	394
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	8,96	44,0	115
Итого за обед		600	18,6	22,36	90,38	650,16	
Полдник							
	Крендель сахарный	60	5,24	4,86	30,62	187,61	443
	Варенец	190	5,0	4,5	7,2	90,0	11
Итого за полдник		250	10,24	9,36	47,62	324,61	
Ужин							
	Картофель, тушеный в сметанном соусе	160	6,86	8,72	26,43	247,02	144
	Икра кабачковая	40	0,00	1,4	1,4	31,5	120
	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	23,0	92,0	418
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,44	66,0	115
Итого за ужин		450	10,66	10,62	64,03	355,75	
Итого за 8 день		1800	54,0	60,0	261,0	1800,0	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения



подпись



расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 9							
Завтрак							
	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	175	8,92	9,47	13,36	134,44	274
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	0,90	2,5	12,84	86,14	414
	Хлеб пшеничный с маслом	45	2,5	3,97	15,47	129,1	1
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	386
Итого за завтрак		500	12,72	16,34	51,47	410,48	
Обед							
	Суп полевой с мясом и сметаной	180	6,86	11,49	28,33	215,08	95
	Капуста тушеная с мясом	200	10,1	11,06	19,94	140,1	371
	Компот из сухофруктов	180	0,00	0,00	16,92	46,02	390
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	8,96	44,0	115
Итого за обед		600	19,96	22,95	82,95	647,72	
Полдник							
	Пирог с печенью	60	4,10	5,38	40,18	150,46	20
	Молоко кипяченое	190	5,4	4,5	8,46	95,4	419
Итого за полдник		250	9,5	9,88	48,64	292,86	
Ужин							
	Макаронник с маслом	180	7,42	10,27	38,28	299,66	298
	Огурчик соленный порционно	40	0,4	0,06	4,54	18,37	35
	Напиток из плодов шиповника	180	0,20	0,00	12,88	58,96	417
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,44	66,0	115
Итого за ужин		450	11,82	10,83	77,94	448,94	
Итого за 9 день		1800	54,0	60,0	261,0	1800,0	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения

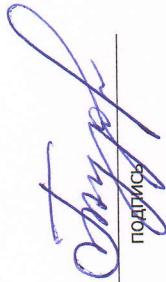
Смирнов
подпись

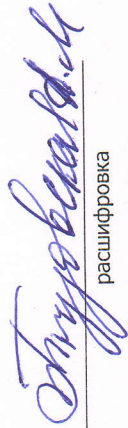
Смирнов
расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 10							
Завтрак							
	Каша молочная «Геркулес» с маслом	165	7,21	7,24	26,79	216,08	253
	Чай черный с сахаром	180	0,2	0,00	14,0	56,0	413
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	55	6,98	6,33	17,82	130,55	421
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	386
Итого за завтрак		500	14,79	13,97	68,41	449,63	
Обед							
	Суп овощной с капустой и мясом сметаной	180	3,58	6,14	16,80	161,59	145
	Гуляш из говядины	70	5,3	12,63	6,8	118,04	293
	Гарнир гречневый	130	3,48	3,49	22,42	140,16	330
	Кисель из повидла,	180	0,06	0,00	18,64	90,87	517
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	8,96	44,0	115
Итого за обед		600	15,42	22,66	82,42	602,66	
Полдник							
	Пряник	50	2,25	2,5	32,5	160,0	б/н
	Йогурт	200	5,0	4,5	7,2	90,0	6
Итого за полдник		250	7,25	7,0	39,7	250,0	
Ужин							
	Пудинг из творога, запеченный под молочным соусом сладкий	160	12,3	15,79	22,99	280,11	325
	Кукуруза консервированная порционно	40	0,44	0,08	2,24	11,6	366
	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	23,0	92,0	418
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	8,8	48,0	33
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,44	66,0	115
Итого за ужин		450	16,54	16,37	70,47	497,71	
Итого за 1 день		1800	54,0	60,0	261,0	1800,00	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения


подпись


расшифровка

Прием пищи	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Итого за весь период 10, дней	18000	540	600	2610	1800,0
Среднее значение за период 1 день	1800	54	60	261	1800
Содержание Б, Ж, У в меню за период в % от калорийности		3,0	3,33	14,5	