

УТВЕРЖДАЮ



Заведующий МБДОУ
«ЦРР-детский сад №56»

Е.В. Васильева

Приказ №49-ОД
От 30.05.2025

Основное ОРГАНИЗОВАННОЕ МЕНЮ

В муниципальном бюджетном дошкольном
образовательном учреждении

«Центр развития ребенка-детский сад №56»

г. Новомосковск

Для детей в возрасте с 1-3 лет

С 11- часовым пребыванием

2025год

Летний период

Г. Новомосковск, Тульской области

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 1-3 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценн. Ккал	№ п/п Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК-1:						
1.Гречка с маслом и сахаром	60	5,6	6,3	1,4	86,5	268
2.Чай с сахаром	180	0,2	0,1	8,95	35	459
3.Кондитерские изделия	30/8	3,1	16,1	25	185,3	69
ЗАВТРАК-2						
1.Сок/яблоко/виноград/груша	150	0,4	0,8	10,2	48	501
ИТОГО		9,3	23,3	45,55	354,8	
ОБЕД:						
1.Горошек консервированный	40	1,6	6,3	8,9	98	
2.Суп рыбный с пшеном	180	5	4,2	5	70,5	89
3.Голубцы ленивые	120	13,2	12,9	4,3	212,8	333
4.Соус томатно-сметанный	30	0,4	1,5	1,9	24,5	419
5.Компот из изюма	180	0,3	0,1	12,4	72	486
6.Хлеб	45	4,2	1,4	19,5	129,2	
ИТОГО		24,7	26,4	52	607	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Омлет натуральный	150	5,4	6,3	18,65	198,2	213
2.Кисель	170	3,1	2,7	13,1	90,2	462
3.Хлеб пшеничный	35	2,9	0,3	18,2	121,3	
ИТОГО		11,4	9,3	49,95	409,7	
ЦЕНА 130-00 ВСЕГО		45,4	59	147,5	1371,5	

Источник рецептуры: «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий» для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений
Издание 2-е доп. и испр.

Уральский региональный центр питания, 2018г.

ДЕНЬ: ВТОРНИК
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 1-3 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценн. Ккал	№п/п Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК-1:						
1.Каша молочная геркулесовая	.140	6,2	6,9	20,6	168	227
2.Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,2	13,8	91,2	465
3.Бутерброд с джемом	.35/12	1,5	3,4	19,2	119,5	73
ЗАВТРАК-2						
1.Свежий фрукт : банан/яблоко/груша*	95	0,6	0,6	12,5	51	
ИТОГО		11,2	13,1	66,1	429,7	
ОБЕД:						
1.Салат из белокочанной капусты с м/р и зеленью	40	0,6	3,1	3,1	43	3
2.Суп с фрикадельками из птицы	180	3,2	2,5	6	76	109
3.Картофельная запеканка с птицей	100	2,3	4	6,8	72	377
4.Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0,1	15,2	68,2	495
5.Хлеб	45	4,1	1,3	19,5	129,5	
ИТОГО		10,6	11	50,6	388,7	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Творожный пудинг	70	16,8	5,2	14,8	175	279
2.Чай с сахаром	150	0	0	13,9	55	484
ИТОГО		16,8	5,2	28,7	230	
ЦЕНА 130-00 ВСЕГО		38,6	29,3	145,4	1384	

*-Фрукты чередуются (в наличии у поставщика)

Источник рецептуры: «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий»
 для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений
 профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних,
 нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений
 Издание 2-е доп. и испр.

Уральский региональный центр питания, 2018г.

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 1-3 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценн. Ккал	№п/п Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК-1:						
1.Каша молочная манная	140	7,8	8,6	30,24	238,54	232
2.Какао с молоком	150	2,8	2,4	12,8	89,5	462
3.Бутерброд с маслом сливочным	.30/9	3,8	16,8	25	286,1	69
ЗАВТРАК-2						
1.Сок	130	4	3,7	23,7	138,2	
ИТОГО		18,4	31,5	91,74	752,34	
ОБЕД:						
1.Свежий помидор	40	0,6	0,8	1,8	10	18
2.Суп с рисом, яйцом и птицей	180	1,6	2,4	7,8	62	114
3.Печень тушеная с овощами в сметане	80	21	7,8	5	172	356
4.Макароны отварные	120	3,6	0,29	18,5	124,6	256
5.Компот из яблок	180	0,2	0,01	17,1	68,75	486
6.Хлеб	45	4,1	1,4	19,5	129,6	
ИТОГО		31,1	12,7	69,7	566,95	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Гренка с сыром	70	3,1	4,8	25,4	156,34	47
2.Кисломолочный продукт	180	0,2	0,1	8,9	33	457
ИТОГО		3,3	4,9	34,3	189,34	
ЦЕНА 130-00 ВСЕГО		52,8	49,1	195,74	1508,63	

*-Напиток чередуется через неделю

Источник рецептуры: «Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий» для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений

Издание 2-е доп. и испр.

Уральский региональный центр питания, 2018г.

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 1-3 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценн. Ккал	№ п/п Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК-1:						
1.Каша молочная пшениая	150	5,1	6,3	30,4	198,65	231
2.Кофейный напиток с молоком	180	1,6	1,3	11,5	58	457
3.Бутерброд с маслом	24.дек	4,8	7,4	7,2	120,5	64
ЗАВТРАК-2						
1.Сок/яблоко/виноград/груша	150	0,4	0,8	10,2	48	501
	30	2,1	2,8	29	161	
ИТОГО		14	18,6	88,3	586,15	
ОБЕД:						
1.Свежий огурец	40	0,9	3,8	3,8	75	148
2.Суп гречневый с птицей	180	6,6	7,2	7,2	125,8	116
3.Котлета рыбная	120	4,2	4,7	5,9	121,2	375
4.Картофельное пюре	180	0,2	1	17,1	68,14	494
5.Лимонный напиток	45	4,1	1,4	19,2	129,2	
6.Хлеб	50	4,3	1,6	22	135,2	
ИТОГО		16	18,1	53,2	519,34	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Творожно-морковная запеканка	70	1,9	3,8	15,5	143	285
2. Кисель	150	0,18	0,08	8,2	45	457
ИТОГО		2,08	3,88	23,7	188	
ЦЕНА 130-00 ВСЕГО		32,08	40,58	165,2	1293,49	

Источник рецептуры: «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий» для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений

Издание 2-е доп. и испр.

Уральский региональный центр питания, 2018г.

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 1-3 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценн. Ккал	№ п/п Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК-1:						
1.Каша молочная вермешель	150	4,7	6	28,5	172,5	234
2.Какао с молоком	180	3,1	2,4	13,5	127,6	462
3.Бутерброд с сыром	24/8	3,8	27,5	23,65	285,2	69
ЗАВТРАК-2						
1.Свежий фрукт: яблоко/апельсин *	95	0	0	21	78	
ИТОГО		11,6	35,9	86,65	663,3	
ОБЕД:						
1. Салат из свежих овощей с зеленью	40	0,3	0,7	1,5	11,5	148
2.Борщ со сметаной и птицей	180	1,8	5,6	5,9	117,5	94
3.Плов с птицей	110	15,5	16,7	3,2	221	329
4.Компот из кураги	180	0,2	0,06	16,5	71,2	495
5.Хлеб	45	4,1	1,4	19,2	125,2	
ИТОГО		21,9	24,46	46,3	546,4	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Ватрушка с повидлом	60	3,5	1,4	34,8	166	530
2.Чай с лимоном	180	0,2	0,1	8,95	35	459
ИТОГО		3,7	1,5	43,75	201	
ЦЕНА 130-00 ВСЕГО		37,2	61,86	176,7	1410,7	

*-Фрукты чередуются(в наличии у поставщика)

Источник рецептуры: «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий» для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений

Издание 2-е доп. и испр.

Уральский региональный центр питания, 2018г.

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 1-3 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценн. Ккал	№ п/п Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК-1:						
1.Макароны отварные с сыром	120	8,2	6,7	23,9	203,5	259
2.Чай с сахаром	180	0,2	0,08	8,4	58,3	457
3.Бутерброд с маслом	.30/12	1,3	3,4	18,9	119	73
ЗАВТРАК-2						
1.Сок/яблоко/виноград/груша	150	0,5	0,1	11,2	58	501
ИТОГО		10,2	10,28	62,4	438,8	
ОБЕД:						
1.Кукуруза (консервированная)	40	0,6	3,1	1,6	37,5	
2.Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью,	180	1,4	6,9	7,1	148,5	103
4.Рисовая запеканка с мясом	60	19,1	0,02	0,3	28,5	327
5.Компот из сухофруктов	180	0,4	0,08	18,9	78	495
6.Хлеб	40	3,4	1,3	19,3	103,2	
ИТОГО		24,9	11,4	47,2	395,7	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Омлет натуральный	150	5,6	6,3	26,4	195,2	233
2.Кисель	180	3,1	2,6	12,8	98,2	465
3.Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,6	82,5	
ИТОГО		11,1	9,2	53,8	375,9	
ЦЕНА 130-00 ВСЕГО		46,2	30,88	163,4	1359,2	

Источник рецептуры: «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий» для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений
 Издание 2-е доп. и испр.
 Уральский региональный центр питания, 2018г.

ДЕНЬ: ВТОРНИК
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 1-3 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. цени. Ккал	№ п/п Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК-1:						
1.Каша молочная пшеница	150	4,9	4,8	17,9	138,5	140
2.Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,2	12,7	101,5	465
3.Бутерброд с джемом	30/10	3,2	11,3	12,3	208,1	69
ЗАВТРАК-2						
1.Свежий фрукт: яблоко//апельсин /банан *	100	0,26/0,9/1,5	0,17/0,2/0,5	11,41/8,1/21	52/43/96	
ИТОГО		12,9	20,6	66,7	542,6	
ОБЕД:						
1.Салат витаминный	40	0,9	3,8	3,8	70,5	148
2.Суп с клецками с птицей	180	5,3	5,36	17,53	102,35	130
3.Котлета из грудки	120	18,2	14,1	15,3	215	334
4.Картофельное пюре	180	0,2	1	17,1	68,14	494
5.Компот из изюма	180	0,3	0,1	12,4	72	486
6. Хлеб	40	4,1	1,4	21	130,2	
ИТОГО		29	25,76	87,13	658,19	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Сырник творожный	60	9,8	5,6	9,5	120,7	289
2.Чай с лимоном	180	0	0	12,4	60,8	484
ИТОГО		9,8	5,6	21,9	181,5	
ЦЕНА 130-00 ВСЕГО		51,7	51,96	175,73	1382,29	

*-Фрукты чередуются (в наличии у поставщика)

Источник рецептуры: «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий» для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений
 Издание 2-е доп. и испр.

Уральский региональный центр питания, 2018г.

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 1-3 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценн. Ккал	№ п/п Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК-1:						
1.Каша молочная рисовая	.140	5,2	6,7	27,2	185,2	226
2. Какао с молоком	180	3,1	2,6	12,9	96,8	462
3.Бутерброд с маслом сливочным	.30/12	2,6	10,8	10,6	168,9	69
ЗАВТРАК-2						
	130	4	3,7	23,7	138,2	470
ИТОГО		14,9	23,8	74,4	589,1	
ОБЕД:						
1.Свежий помидор порционно	40	0,6	6,2	1,8	65,8	15
2. Суп лапша с птицей	180	6,2	4,6	8,5	125,6	98
3.Тушеная печень по-строгановски	80	21	7,8	5	172	356
4.Гречка отварная	120	3,6	0,29	18,5	124,6	256
5.Компот из яблок	180	0,1	0,03	19,8	75,6	
6.Хлеб	40	4,2	1,4	19,5	126,3	
ИТОГО		35,7	20,32	73,1	689,9	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1. Винегрет	60	5,6	6,3	1,4	85	268
2.Чай с сахаром	180	0,16	0,08	8,51	32,2	457
3.Хлеб пшеничный	30	2,9	0,3	18,3	112,5	
ИТОГО		8,66	6,68	28,21	229,7	
ЦЕНА 130-00 ВСЕГО		59,26	50,8	175,71	1508,7	

*-Напиток чередуется через неделю

Источник рецептуры: «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий» для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений

Издание 2-е доп. и испр.

Уральский региональный центр питания, 2018г.

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 1-3 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценн., Ккал	№ п/п Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК-1:						
1. Каша геркулесовая молочная	.150	5,5	6,9	21,8	165,2	232
2. Кофейный напиток с молоком	180	2,4	2,2	12,7	98	465
3. Бутерброд с маслом сливочным	.35/8	3,2	11,3	12,3	189,2	69
ЗАВТРАК-2						
1. Сок/яблоко/виноград/груша	150	0,4	0,8	10,2	48	501
	30	2,1	2,8	29	161	
ИТОГО		13,6	24	86	661,4	
ОБЕД:						
1. Салат из моркови	40	0,8	3,3	3,5	48	2
2. Суп гороховый с птицей	180	6,5	14	17,2	91,2	119
3. Рыба с овощами, запеченная в омлете	110	12,5	4,2	2,5	131,5	303
4. Картофель отварной с зеленью	120	2,4	4,6	6,7	69	377
5. Напиток лимонный	150	0,4	0,08	18,5	83,2	495
5. Хлеб	45	4,1	1,4	21	132,4	
ИТОГО		26,7	27,58	69,4	555,3	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1. Творожный пудинг	70	15	4,2	15,5	158	286
2. Кисель	150	0	0	12,4	53,7	484
ИТОГО		15	4,2	27,9	211,7	
ЦЕНА 130-00 ВСЕГО		55,3	55,78	183,3	1428,4	

Источник рецептуры: «Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий»
 для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений
 профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних,
 нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений
 Издание 2-е доп. и испр.
 Уральский региональный центр питания, 2018г.

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 1-3 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценн. Ккал	№ п/п Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углев.		
ЗАВТРАК-1:						
1.Каша манная молочная	150	5,8	6,9	30,9	207,5	227
2.Какао с молоком	180	3,8	3,2	14,2	96	462
3.Бутерброд с сыром	30/12	6,75	8,51	8,2	142,2	64
ЗАВТРАК-2						
1.Свежий фрукт: Яблоко/Банан *	95	1,5	0,5	21	103	
ИТОГО		17,85	19,11	74,3	548,7	
ОБЕД:						
1.Салат из свежего огурца	40	0,8	6,2	4,4	74	18
2.Свекольник с птицей и сметаной	180	5,2	2,7	11,8	98,5	128
3.Ежики из птицы	60	9,2	6,5	6,4	120,5	372
4.Томатный соус	30	1,1	3,3	4,6	52,3	419
5.Компот из кураги	120	4,7	4,9	8,9	180,5	202
6.Хлеб	180	0,4	0,1	15,2	32,1	489
ИТОГО	40	4,1	1,4	19,5	129,3	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:		40,1	25,1	70,8	687,2	
1.Коржик молочный	60	4,8	1,6	32,1	154	547
2.Чай с лимоном	180	0,1	0,8	8,2	30,2	459
ИТОГО		4,9	2,4	40,3	184,2	
ЦЕНА 130-00 ВСЕГО		62,85	46,61	185,4	1420,1	

*-Фрукты чередуются (в наличии у поставщика)

для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений
 Издание 2-е доп. и испр.
 Уральский региональный центр питания, 2018г.