

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 3-7 лет

С 11- часовым прибыванием

2025год

Летний период

Г. Новомосковск, Тульской области

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 3-7 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	70	6,4	7,3	1,9	103,2	268
2.Чай с сахаром	200	0,3	0,2	9,1	50	459
3.Кондитерские изделия	40/10	4	17,2	26,3	296,2	69
ЗАВТРАК-2						
1.СОК/яблоко/виноград/груша	150	0,6	0,1	12,1	54,2	501
ИТОГО			11,3	24,8	49,4	503,6
ОБЕД:						
1.Горошек консервированный	50	1,7	6,5	9,1	101	
2.Суп рыбный с пшеном	200	5,5	2,9	5,5	80,7	89
3.Голубцы ленивые	130	15	14,7	5,2	218,6	333
4.Соус томатно-сметанный	40	0,6	1,7	2,2	25	419
5.Компот из изюма	200	0,4	0,2	15,1	74	486
6.Хлеб	50	2,1	0,7	14	82	
ИТОГО			25,3	26,7	51,1	581,3
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Омлет натуральный	200	6,2	6,9	20,6	203	213
2.Кисель	180	3,3	2,9	13,8	98	462
3.Хлеб пшеничный	40	2,1	1,7	10,5	75	
ИТОГО			11,6	11,5	44,9	376
ЦЕНА 150-00 ВСЕГО			48,2	63	145,4	1756,3

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 3-7 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. цены. Ккал	№п/п Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК-1:						
1.Каша молочная геркулесовая	.180	6,8	7,2	22,3	203	227
2.Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,5	15,4	94,3	465
3.Бутерброд с джемом	.40/15	1,8	4,2	22,1	135,8	73
ЗАВТРАК-2						
1.Свежий фрукт : банан/яблоко/груша*	100	0,8	0,8	15,2	68	
ИТОГО			12,5	14,7	75	501,1
ОБЕД:						
1.Салат из белокочанной капусты с м/р и зеленью	60	1,5	4,7	4,9	60	3
2.Суп с фрикадельками из птицы	200	3,8	3	8	81	109
3.Картофельная запеканка с птицей	110	2,6	4,2	7,2	76	377
4.Компот из смеси сухофруктов	200	0,7	0,2	17,3	78,6	495
5.Хлеб	50	4,3	1,6	22	132,4	
ИТОГО			12,9	13,7	59,4	428
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Творожный пудинг	80	17,3	5,8	15,6	198	279
2.Чай с сахаром	180	0	0	13,9	60	484
ИТОГО			17,3	5,8	29,5	258
ЦЕНА 150-00 ВСЕГО			42,7	34,2	163,9	1746,9

*-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.

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ среда
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 3-7 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	.170	8,6	9,2	31,6	250,75	232
2.Какао с молоком	200	3,1	2,7	13,1	94	462
3.Бутерброд с маслом сливочным	.40/10	4	17,2	26,3	301,2	69
ЗАВТРАК-2						
1.Сок	140	6	5,1	25,6	149,5	
ИТОГО		21,7	34,2	96,6	795,45	
ОБЕД:						
1.Свежий помидор	60	0,7	0,1	1,9	12	18
2.Суп с рисом, яйцом и птицей	200	1,8	2,7	8,7	66	114
3.Печень тушеная с овощами в сметане	80	3,2	2,8	1,2	180,25	356
4.Макаронны отварные	130	3,7	0,3	19,8	126,9	256
5.Компот из яблок	200	0,2	0,01	17,1	71,2	486
6.Хлеб	50	4,3	1,6	22	132,4	
ИТОГО		13,9	7,51	70,7	588,75	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Гренка с сыром	80	3,1	5,1	27	162	47
2.Кисломолочный продукт	200	0,3	0,1	9,5	40,2	457
ИТОГО		3,4	5,2	36,5	202,2	
ЦЕНА 150-00 ВСЕГО		39	46,91	203,8	1765	

*-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: ПЕРВАЯ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 3-7 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	200	6,2	6,6	32,1	202,5	231
2.Кофейный напиток с молоком	200	1,8	1,5	11,8	68,2	457
3.Бутерброд с маслом	29/10	5,2	7,8	7,4	121,5	64
ЗАВТРАК-2						
1.Сок/яблоко/виноград/груша	180	0,6	0,1	1,1	54	501
ИТОГО						
		13,8	16	52,4	446,2	
ОБЕД:						
1.Свежий огурец	60	1	4,5	4,1	80,1	148
2.Суп гречневый с птицей	200	6,6	8	8	138,2	116
3.Котлета рыбная	130	4,8	4,9	6,2	130,5	375
4.Картофельное пюре	110	2,6	4,2	7,2	76	377
5.Лимонный напиток	200	0,2	1	17,1	79,5	494
6.Хлеб	50	4,3	1,6	22	135,2	
ИТОГО						
		19,5	24,2	64,6	639,5	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Творожно-морковная запеканка	80	2,3	4,8	16,5	158	285
2. Кисель	180	0,2	0,1	9,3	55,2	457
ИТОГО						
		2,5	4,9	25,8	213,2	
ЦЕНА 120-00 ВСЕГО						
		35,8	45,1	142,8	1298,9	

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 3-7 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	180	5,4	6,8	33,1	220,3	234
2.Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	132,5	462
3.Бутерброд с сыром	.29/10	4	28,5	25	301,2	69
ЗАВТРАК-2						
1.Свежий фрукт: яблоко/апельсин *	100	0	0	23	79	
ИТОГО		12,7	38,2	94,9	733	
ОБЕД:						
1. Салат из свежих овощей с зеленью	60	0,6	0,9	1,7	12,2	148
2.Борщ со сметаной и птицей	200	1,9	5,7	6,2	130,2	94
3.Плов с птицей	130	16,9	18,3	3,8	247	329
4.Компот из кураги	200	0,25	0,08	17,2	82,5	495
5.Хлеб	50	4,3	1,6	22	132,4	
ИТОГО		23,95	26,58	50,9	604,3	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Ватрушка с повидлом	75	4,2	1,9	36,8	180	530
2.Чай с лимоном	200	0,3	0,2	9,1	50	459
ИТОГО		4,5	2,1	45,9	230	
ЦЕНА 150-00 ВСЕГО		41,15	66,88	191,7	1685,6	

*-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 3-7 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	130	12,3	10	38	295,2	259
2.Чай с сахаром	200	0,3	0,1	9,5	75,5	457
3.Бутерброд с маслом	35/15	1,6	3,8	20,2	145,2	73
ЗАВТРАК-2						
1.Сок/яблоко/виноград/груша	150	0,6	0,1	12,1	78	501
ИТОГО		14,8	14	79,8	593,9	
ОБЕД:						
1.Кукуруза (консервированная)	60	0,9	3,7	1,9	43,2	103 327 495
2.Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью, мя	200	1,5	7,2	8,2	158,6	
4.Рисовая запеканка с мясом	70	20,1	0,05	0,6	58,5	
5.Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	86	
6.Хлеб	50	4,3	1,6	22	132,4	
ИТОГО		27,4	12,65	52,8	478,7	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Омлет натуральный	200	6	7	31,4	250,3	233
2.Кисель	200	3,3	2,9	13,8	120,5	462
3.Хлеб пшеничный	45	3,8	0,4	21,2	126,3	
ИТОГО		13,1	10,3	66,4	497,1	
ЦЕНА 150-00 ВСЕГО		54,1	60,11	217,4	1735	

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 3-7 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценн. Ккал	№ п/п Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК-1:						
1.Каша молочная пшеница	200	5,6	5,6	18,8	142	140
2.Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,8	123,2	465
3.Бутерброд с джемом	.40/15	4	17,2	25	296,2	69
ЗАВТРАК-2						
1.Свежий фрукт: яблоко//апельсин /банан *	100	0,4/1,2/4,8	0,3/0,4/0,7	11,8/8,5/21,9	68/52/118	
ИТОГО		14,5	27,5	98	741,5	
ОБЕД:						
1.Салат витаминный	40	1	4,5	4,1	80,1	148
2.Суп с клецками и птицей	.200	6,4	6,1	19,8	128,5	130
3.Котлета из грудки	130	19,5	15,3	16,2	256,3	334
4.Картофельное пюре	180	0,2	1	17,1	68,14	494
5.Компот из изюма	200	0,4	0,2	15,1	74	486
6. Хлеб	50	4,3	1,6	22	135	
ИТОГО		31,6	27,7	94,3	742,04	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Сырник творожный	70	12,5	6,9	11,2	140,3	289
2.Чай с лимоном	200	0	0	13,9	75,5	484
ИТОГО		12,5	6,9	25,1	215,8	
ЦЕНА 150-00 ВСЕГО		58,6	62,1	217,4	1699,34	

*- 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 3-7 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	.200	7,1	7,3	20,6	246	226
2. Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	98,5	462
3.Бутерброд с маслом сливочным	.40/15	3,8	11,5	12,5	208,1	69
ЗАВТРАК-2						
1.Напиток кисломолочный	150	6	5,1	25,6	149,5	
ИТОГО		20,2	26,8	72,5	702,1	
ОБЕД:						
1.Свежий помидор порционно	60	0,9	7,1	2,3	68,5	15
2. Суп лапша с птицей	200	7,4	4,8	9,4	145,8	98
3.Тушеная печень по-строгановски	80	3,2	2,8	1,2	52,6	356
4.Гречка отварная	130	3,7	0,3	19,8	126,9	256
5.Компот из яблок	200	0,1	0,04	22	84	
6.Хлеб	50	4,3	1,6	22	132,4	
ИТОГО		19,6	16,64	76,7	610,2	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1. Винегрет	70	6	6,8	1,5	90,4	268
2.Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,1	64,2	457
3.Хлеб пшеничный	40	2,8	0,3	17,1	126,3	
ИТОГО		9	7,2	27,7	280,9	
ЦЕНА 150-00 ВСЕГО		48,8	50,6	176,9	1593,2	

*- 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 3-7 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	.200	6,2	7,3	35,6	220,64	232
2.Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,9	13,8	135,5	465
3.Бутерброд с маслом сливочным	.40/15	4	17,2	25	296,2	69
ЗАВТРАК-2						
1. Сок/яблоко/виноград/груша	150	0,6	0,1	12,1	58	501
	40	2,5	3	35	210,2	
ИТОГО		16,1	30,5	121,5	920,54	
ОБЕД:						
1. Салат из моркови	60	1	3,8	3,7	51	2
2.Суп гороховый с птицей	200	7,8	16,8	19,2	120,4	119
3.Рыба с овощами, запеченая в омлете	130	14,2	4,8	3	132	303
4. Картофель отварной с зеленью	130	2,8	5,8	7,9	148,2	377
5.Напиток лимонный	200	0,6	0,1	20,1	98	495
5.Хлеб	50	4,3	1,6	22	132,4	
ИТОГО		30,7	32,9	75,9	682	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Творожный пудинг	80	18,2	4,8	16,5	170,5	286
2.Кисель	180	0	0	13,9	58,2	457
ИТОГО		18,2	4,8	30,4	228,7	
ЦЕНА 150-00 ВСЕГО		65	68,2	227,8	1831,24	

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 3-7 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	200	6,2	6,6	32,1	201,3	227
2.Какао с молоком	200	4,2	4,1	15,6	103	462
3.Бутерброд с сыром	.45/14	7,2	9,1	10,2	195,2	64
ЗАВТРАК-2						
1.Свежий фрукт: Яблоко/Банан *	100	1,8	0,8	23	49,2	
ИТОГО		19,4	20,6	80,9	548,7	
ОБЕД:						
1.Салат из свежего огурца	60	1,4	7,5	6,1	82	18
2.Свекольник с птицей и сметаной	200	6,1	2,9	12,8	105,2	128
3.Ежики из птицы	70	11,2	7,6	7,1	135,5	372
4.Томатный соус	.40	1,6	3,8	4,9	68,5	419
5.Компот из кураги	200	0,7	0,2	17,3	65,4	489
6.Хлеб	50	4,3	1,6	22	132,4	
ИТОГО		25,3	23,6	70,2	589	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ:						
1.Коржик молочный	70	5,2	2,1	35,2	195,2	547
2.Чай с лимоном	200	0,2	0,1	9,3	42	459
ИТОГО		5,4	2,2	44,5	237,2	
ЦЕНА 120-00 ВСЕГО		50,1	46,4	195,6	1374,9	

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.

*- Фрукты чередуются (в наличии у поставщика)