



ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ХАНТЫ - МАНСИЙСК  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА - ЮГРЫ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 14 «БЕРЕЗКА»  
(МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 14 «БЕРЕЗКА»)

**П Р И К А З**

**Об утверждении локально-нормативных актов, регламентирующих деятельность по организации питания обучающихся**

Номер документа	Дата составления
06	11.01.2021

В соответствии со статьями 37, 41 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача России от 27.10.2020 № 32, по согласованию с педагогическим советом (протокол от 18.12.2020 года № 02), с учетом мнения совета родителей (протокол от 23.12.2020 года № 02) в целях безопасности жизни и здоровья обучающихся, предотвращения возникновения и распространения инфекционных и неинфекционных заболеваний,

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить основное (организованное) 10-дневное меню МБДОУ «Детский сад № 14 «Березка» для детей от 1 до 3 лет, от 3 лет до 7 лет (приложение 1, 2).
2. Утвердить режим питания в МБДОУ в соответствии с возрастной категорией детей (приложение 3).
3. Утвердить форму меню питания на сутки для всех возрастных групп детей для ежедневного размещения на информационных стендах в приемных групп с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции (приложение 4).
4. Воспитателю Мальковой Н.В. опубликовать локальные акты, указанные в пунктах 1,2,3 настоящего приказа на официальном сайте МБДОУ «Детский сад № 14 «Березка».
5. Шеф-повару Ефремовой А.А. обеспечить соблюдение приготовления блюд согласно утвержденному (организованному) 10-дневному меню МБДОУ «Детский сад № 14 «Березка» для детей от 1 до 3 лет, от 3 лет до 7 лет, обеспечить выдачу готовой продукции согласно утвержденному режиму питания.
6. Работникам пищеблока и групп – воспитателям, младшим воспитателям строго соблюдать утвержденные локально-нормативные акты учреждения.
7. Персональную ответственность за исполнение приказа возложить на работников в части их касающейся.
8. Контроль исполнения приказа оставляю за собой.

Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 14 «Березка»

С.Ю.СЫЛКО




ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ХАНТЫ - МАНСИЙСК  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА - ЮГРЫ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 14 «БЕРЕЗКА»  
(МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 14 «БЕРЕЗКА»)

РАЗРАБОТАНО

Шеф-повар

МБДОУ «Детский сад № 14 «Березка»

 /Ефремова А.А.



УТВЕРЖДЕНО

И.о.заведующего

МБДОУ «Детский сад № 14 «Березка»

С.Ю.СЫЛКО

Приказ от «11» января 2021 года № 06

**Основное (организованное) 10-дневное меню**  
**МБДОУ «Детский сад № 14 «Березка»**  
**(от 1 года до 3 лет)**

2021 год



## Меню приготовляемых блюд от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры и номер тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150	5,26	6,07	21,29	159,75	№ 91 / №14
	Бутерброд с джемом или повидлом	20/10/4	2,46	3,93	21,72	96	№ 5 / №35
	Чай с молоком	180	0,8	1	13,5	56	№ 261 / № 23
Итого за завтрак		364	8,52	11,0	56,51	311,75	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№532 / № 26
		100	0,5	0,1	10,1	46	
Обед	Салат картофельный с огурцами солеными	40	0,54	2,08	3,42	34,6	№ 23 / № 39/1
	Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	150	2,11	3,59	5,87	70,26	№ 27/ № 103
	Котлеты, биточки, пницели из говядины	50	7,03	5,73	5,11	99,38	№ 161 / № 63
	Соус красный основной	20	0,34	0,97	1,54	15,5	№ 228/ № 69
	Макаронные изделия отварные	110	3,74	5,5	20,9	148,5	№ 688/ № 72
	Компот из свежих фруктов или ягод	150	0,12	0,12	11,92	45	№ 240/ № 33
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№122 № 16
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	№ 123/ № 17
Итого за обед		580	18,04	18,63	71,96	529,84	
Полдник	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	№ 419 / № 31
	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	4,8	3,69	20,98	156,3	№ 289,314/ № 102
Итого за полдник		210	9,38	7,77	28,56	241,3	
Ужин	Рагу из овощей	150	3,75	5,08	14,44	126,31	№ 57/ № 74
	Чай с лимоном	170	0,04	0	9,10	35	№ 200,264/ № 27
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№ 122 / № 16
	Плоды и ягоды свежие	95	0,38	0,38	9,31	41,8	№ 368 / № 97
	Итого за ужин		435	5,69	5,62	42,69	250,11
Итого за день			32,75	43,12	209,82	1679	

## Меню приготовляемых блюд от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры и № тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	150	5,23	7,81	18,75	166,78	№ 63/ №11
	Бутерброд с маслом	20/4	1,54	3,46	9,75		
	Какао с молоком	150	1	1,08	10,83		
Итого за завтрак		324	7,77	12,35	39,33	319,78	№ 248 / № 24
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№532 / № 26
Итого за второй завтрак		100	0,5	0,1	10,1	46	
Обед	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,32	0,04	0,90	5,6	№ 70 / № 104
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	3,2	2,9	13,13	79,2	№ 36/ № 48
	Тефтели рыбные паровые	60	7,11	0,57	5,98	57	№ 276 / № 65/1
	Соус молочный	20	0,52	1,18	1,56	19,32	№ 448/ № 66
	Картофельное пюре	110	2,23	3,84	13,24	104,1	№ 206/ № 70
	Компот из сухофруктов	150	0,35	0	17,85	67,5	№ 241/ № 28
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№122 № 16
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	№ 123/ № 17
Итого за обед		590	17,89	9,17	75,86	449,32	
Полдник	Кисломолочный продукт	150	4,06	4,48	5,6	82,6	№ 251 / № 29
	Кондитерские из-я	20	1,5	1,96	14,88	83,4	№ 602 / № 85
Итого за полдник		170	5,56	6,44	20,48	166	
Ужин	Пудинг творожный паровой	150	22,55	14,54	34,68	309,05	№ 327/ № 93
	Напиток из шиповника	150	0,20	0,08	15,58	75	№ 256 / № 34
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№ 122 / № 16
	Фрукты и ягоды свежие	95	0,38	0,38	9,31	41,8	№ 368 / № 97
Итого за ужин		415	24,65	15,16	69,41	472,85	
Итого за день			50,58	43,57	216,39	1443,95	

## Меню приготовляемых блюд от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры и № тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,39	4,36	14,99	116,25	№ 44/ №105
	Бутерброд с маслом	20/4	1,54	3,46	9,75	78	№ 1/ № 18
	Кофейный напиток с молоком	180	1,3	1,3	14	92	№ 253 / № 25
Итого за завтрак		354	7,23	9,12	38,74	286,25	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№532 / № 26
	Итого	100	0,5	0,1	10,1	46	
Обед	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,32	0,04	0,90	5,6	№ 70 / № 104
	Щи из свежей капусты, с мясом и со сметаной	150	2,21	3,6	5,15	70,86	№ 56/ № 51
	Птица отварная	60	9,69	7,29	0	112,8	№ 414/ № 59
	Соус сметанный	20	0,3	3,37	1,08	30	№ 226/ № 68
	Рис припущенный	110	2,72	3,98	27,68	157,70	№ 133/ №77
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	1,02	0	21,77	91,14	№ 517/ № 30
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№122 № 16
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	№ 123/ № 17
Итого за обед		590	20,42	18,92	79,78	584,7	
Полдник	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	№ 419 / № 31
	Кондитерское изделие	20	1,5	1,96	14,88	83,4	№ 604 / № 81
Итого за полдник		170	6,08	6,04	22,46	168,4	
Ужин	Картофель отварной	110	2,1	3,16	16,8	104,39	№ 318/ № 78
	Рыба, тушеная в сметанном соусе	60	9,20	4,90	41,64	104,24	№ 256 / № 34
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	8,25	33	№ 391/ № 22
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№ 122 / № 16
	Плоды и ягоды свежие	95	0,38	0,38	9,31	41,8	№ 368 / № 97
Итого за ужин		435	13,24	8,61	85,84	330,43	
Итого за день			47,47	42,79	236,92	1415,78	

## Меню приготовляемых блюд от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры и № тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	150	5,26	6,07	21,29	159,75	№ 96/ №1
	Бутерброд с сыром	20/10	2,32/1,52	2,95/0,16	- /9,84	36/ 47	№ 7,122/ № 02/16
	Чай с молоком	150	0,67	0,83	11,25	46,67	№ 261 / № 23
Итого за завтрак		330	9,85	10,11	43,79	289,42	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№532 / № 26
Итого		100	0,5	0,1	10,1	46	
Обед	Салат из зеленого горошка (кукурузы)	40	1,04	3,38	2,60	44,6	№ 137/ № 03
	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150	2,46	3,6	12,57	87,08	№ 33/ № 04
	Гуляш	50	3,75	4,75	1,54	103	№ 152/ № 61
	Картофельное пюре	55	1,11	1,91	6,62	52,03	№ 318/ № 78
	Капуста тушеная	55	1,13	1,80	5,18	41,30	№ 354/ №37
	Компот из плодов консервированных	150	0,36	0,14	24,33	100,05	№ 377/ № 32
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№122 № 16
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	№ 123/ № 17
Итого за обед		560	14,01	16,22	76,04	544,66	
Полдник	Кисломолочный продукт	150	4,06	4,48	5,6	82,6	№ 251 / № 29
	Коржик молочный	60	4,10	7,50	40,75	246,86	№ 279/ № 106
Итого за полдник		210	8,97	12,87	47,46	329,46	
Ужин	Суп картофельный с бобовыми, с мясом, с гренками	150 /10	3,2	2,9	13,13	79,2	№ 36/ № 48
	Кисель из ягод	150	0,08	0,02	19,37	78	№ 516/ № 36
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№ 122 / № 16
	Плоды и ягоды свежие	95	0,38	0,38	9,31	41,8	№ 368 / № 97
Итого за ужин		425	6,37	3,58	58,47	246	
Итого за день			5,18	8,46	51,65	1458,54	

## Меню приготовляемых блюд от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры и № тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 6							
Завтрак	Каша вязкая молочная « Дружба»	150	4,66	5,79	20,78	150,75	№ 84/ № 7
	Бутерброд с маслом	20/4	1,54	3,46	9,75	78	№ 1/ № 18
	Какао с молоком	180	1	1,08	10,83	90	№ 248 / № 24
<b>Итого за завтрак</b>		<b>351</b>	<b>7,2</b>	<b>10,33</b>	<b>41,36</b>	<b>318,75</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№532 / № 26
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	
Обед	Салат из отварной свеклы с чесноком	40	0,55	3,03	3,03	43,3	№ 22/ № 45
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	3,22	2,92	13,13	79,2	№ 38/ № 46
	Котлеты, биточки, шницели рыбные	50	4,87	2,72	17,7	71,25	№ 134/ № 55
	Соус молочный	20	0,52	1,18	1,56	19,32	№ 448/ № 66
	Картофельное пюре	110	2,23	3,83	13,24	104,06	№ 206/ № 70
	Компот из сухофруктов	150	0,36	0,14	24,33	100,05	№ 241/ № 32
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№122 № 16
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	№ 123/ № 17
<b>Итого за обед</b>		<b>580</b>	<b>16,12</b>	<b>14,82</b>	<b>97,4</b>	<b>533,78</b>	
Полдник	Кисломолочный продукт	150	4,06	4,48	5,6	82,6	№ 251/ № 29
	Кондитерское из-е	20	1,5	1,96	14,8	83,4	№ 603/ № 82
<b>Итого за полдник</b>		<b>170</b>	<b>5,56</b>	<b>6,44</b>	<b>20,4</b>	<b>166</b>	
Ужин	Вареники ленивые отварные с маслом	130/5	19,27	14,11	19,9	283	№ 244/ № 79
	Чай с сахаром	150/7	0,04	0,01	8,25	33	№ 391/ № 22
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№122 № 16
	Фрукты и ягоды свежие	95	0,38	0,38	9,31	41,8	№ 368 / № 97
<b>Итого за ужин</b>		<b>407</b>	<b>21,21</b>	<b>14,66</b>	<b>47,3</b>	<b>404,8</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1428</b>	<b>49,32</b>	<b>40,98</b>	<b>122,66</b>	<b>1469,33</b>	





## Меню приготовляемых блюд от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры и № тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 8</b>							
Завтрак	Каша вязкая ячневая молочная	150	4,98	5,69	21,10	153	№ 99 № 10
	Бутерброд с джемом	20/5	1,54	0,16	13,16	61	№ 2/ № 20
	Чай с молоком	150/9	0,67	0,83	11,25	46,67	№ 261 / № 23
<b>Итого за завтрак</b>		<b>345</b>	<b>7,19</b>	<b>6,68</b>	<b>45,51</b>	<b>260,67</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№ 532 / № 26
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	
Обед	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,32	0,04	0,90	5,6	№ 70 / № 104
	Суп овощной	150	3,27	2,06	7,34	59,71	№ 40/ № 49
	Тефтели мясные	50	6,41	6,78	5,22	107,5	№ 304/ № 58/1
	Соус красный основной	20	0,34	0,97	1,54	15,5	№ 228/ № 69
	Каша гречневая рассыпчатая	110	3,3	4,69	16,06	192,86	№ 186 / № 71/1
	Компот из сухофруктов	150	0,35	0	17,85	67,5	№ 241/ № 32
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№ 122 № 16
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	№ 123/ № 17
	<b>Итого за обед</b>		<b>580</b>	<b>18,15</b>	<b>15,18</b>	<b>72,11</b>	<b>565,27</b>
Полдник	Кисломолочный продукт	150	4,06	4,48	5,6	82,6	№ 251 / № 29
	Кондитерское изделие (печенье)	20	1,5	1,96	14,88	83,4	№ 604 / № 81
<b>Итого за полдник</b>		<b>170</b>	<b>5,56</b>	<b>6,44</b>	<b>20,48</b>	<b>166</b>	
Ужин	Пудинг творожный паровой	130	19,54	12,60	30,05	267,8	№ 327 / № 93
	Компот из сухофруктов (изюм)	150	0,35	0	17,85	67,5	№ 241/ № 32
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№ 122 № 16
	Плоды и ягоды свежие	95	0,38	0,38	9,31	41,8	№ 368 / № 97
<b>Итого за ужин</b>		<b>395</b>	<b>21,79</b>	<b>13,14</b>	<b>67,05</b>	<b>424,1</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>53,19</b>	<b>41,54</b>	<b>215,25</b>	<b>1462,04</b>	

## Меню приготовляемых блюд от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры и № тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 9</b>							
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными	150	4,76	6,38	16,4	140,25	№ 93 № 15
	Бутерброд с маслом и сыром	20/4/9	3,61	5,4	9,75	106	№ 3/ № 19
	Какао с молоком	150	1	1,08	10,83	75	№ 248 / № 24
<b>Итого за завтрак</b>		<b>333</b>	<b>9,37</b>	<b>12,86</b>	<b>36,98</b>	<b>321,25</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№532 / № 26
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	
Обед	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,32	0,04	0,90	5,6	№ 70 / № 104
	Щи из свежей капусты, с мясом и со сметаной	150	2,21	3,6	5,15	70,86	№ 56/ № 51
	Птица отварная	60	9,69	7,29	0	112,8	№ 414/ № 59
	Соус сметанный	20	0,3	3,37	1,08	30	№ 226/ № 68
	Макаронные изделия отварные	110	3,74	5,5	20,9	148,5	№ 688 / № 72
	Компот из плодов консервированных	150	0,36	0,14	24,33	100,05	№ 377/ № 32
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№122 № 16
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	№ 123/ № 17
<b>Итого за обед</b>		<b>590</b>	<b>20,78</b>	<b>20,58</b>	<b>75,56</b>	<b>584,41</b>	
Полдник	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	№ 419/ № 31
	Кондитерское изделие (вафли)	20	0,56	0,67	15,5	70,8	№ 602 / № 85
<b>Итого за полдник</b>		<b>170</b>	<b>5,14</b>	<b>4,75</b>	<b>23,08</b>	<b>155,8</b>	
Ужин	Омлет натуральный	130	11,2	17,2	3,04	211,76	№ 311 / №98
	Зеленый горошек или кукуруза консервированные	40	2	0,08	3,32	22	№ 56/ № 42
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	8,25	33	№ 391/ № 22
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№122 № 16
	Плоды и ягоды свежие	95	0,38	0,38	9,31	41,8	№ 368 / № 97
<b>Итого за ужин</b>		<b>432</b>	<b>15,14</b>	<b>17,83</b>	<b>33,76</b>	<b>355,56</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>50,93</b>	<b>56,12</b>	<b>179,48</b>	<b>1463,02</b>	






ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ХАНТЫ - МАНСИЙСК  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА - ЮГРЫ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 14 «БЕРЕЗКА»  
(МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 14 «БЕРЕЗКА»)

РАЗРАБОТАНО

Шеф-повар

МБДОУ «Детский сад № 14 «Березка»

 /Ефремова А.А.



**Основное (организованное) 10-дневное меню**  
**МБДОУ «Детский сад № 14 «Березка»**  
**(от 3 до 7 лет)**

2021 год

### Меню приготовляемых блюд от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры и номер тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	200	6,21	7,47	25,09	192	
	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/14	5,06	7	14,62	145	№ 88 / №8
	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,4	15,5	102,2	№ 3 / № 19
Итого за завтрак		<b>449</b>	<b>12,67</b>	<b>15,87</b>	<b>55,21</b>	<b>439,2</b>	№ 253 / № 25
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	
Итого:		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	№532 / № 26
Обед	Сельдь среднесоленая (порциями)	50	8,5	4,26	-	72	№ 8 / №
	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	2,1	5,1	11,08	98,94	№ 110322/ №54
	Жаркое по - домашнему	200	7,5	5,3	14,66	227,27	№ 153 / № 76
	Кисель из ягод	200	0,09	0,03	23,25	93,6	№ 516 / № 36
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№ 122/ № 16
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0	№ 123/ № 17
Итого за обед		<b>720</b>	<b>23,01</b>	<b>15,45</b>	<b>75,53</b>	<b>625,81</b>	
Полдник	Кисломолочный продукт	200	4,35	4,8	6	88,5	№ 251/ № 29
	Кондитерское из-е	40	2,36	1,88	30	146,4	№ 603/ № 82
Итого за полдник		<b>240</b>	<b>6,71</b>	<b>6,68</b>	<b>36</b>	<b>234,9</b>	
Ужин	Вареники ленивые отварные с сахаром	200/5	29,5	14,83	46,46	436	№ 244/ № 79
	Чай с сахаром	200/11	0,06	0,02	11,10	44	№ 391/ № 22
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	№ 122 / № 16
Итого за ужин		<b>446</b>	<b>31,84</b>	<b>15,09</b>	<b>72,32</b>	<b>550,5</b>	
Итого за день			<b>74,73</b>	<b>53,19</b>	<b>249,16</b>	<b>1896,41</b>	

## Меню приготовляемых блюд от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры и номер тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	200	6,44	7,53	25,38	192	№ 91 / №14
	Бутерброд с джемом или повидлом	30/15/5	2,51	3,93	28,88	161	№5 / № 35
	Чай с молоком	200	0,8	1,1	15	62,2	№ 261 / № 23
<b>Итого за завтрак</b>		<b>450</b>	<b>9,75</b>	<b>12,56</b>	<b>69,26</b>	<b>415,2</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№532 / № 26
		100	0,5	0,1	10,1	46	
Обед	Салат картофельный с огурцами солеными	60	0,81	3,12	5,14	52	№ 23 / № 39/1
	Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	200	2,82	4,79	7,83	93,69	№ 27/ № 103
	Котлеты, биточки, шницели из говядины	80	11,2	9,16	8,18	131,59	№ 161 / № 63
	Соус красный основной	40	0,69	1,95	3,09	31	№ 228/ № 69
	Макаронные изделия отварные	150	5,10	7,50	28,50	202,50	№ 688/ № 72
	Компот из свежих фруктов или ягод	200	0,16	0,16	15,89	60	№ 240/ № 33
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№122 № 16
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0	№ 123/ № 17
<b>Итого за обед</b>		<b>770</b>	<b>25,6</b>	<b>27,44</b>	<b>122,61</b>	<b>704,78</b>	
Полдник	Молоко кипяченое	200	6,1	5,4	10,1	113	№ 419 / № 31
	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	5,6	4,3	24,48	182,3	№ 289,314/ № 102
<b>Итого за полдник</b>		<b>270</b>	<b>11,7</b>	<b>9,7</b>	<b>34,58</b>	<b>295,3</b>	
Ужин	Рагу из овощей	200	5	6,78	19,26	168,42	№ 57/ № 74
	Чай с лимоном	200	0,04	0	12,3	47	№ 200,264/ № 27
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	№ 122 / № 16
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,04	0,04	9,8	44	№ 368 / № 97
<b>Итого за ужин</b>		<b>530</b>	<b>7,36</b>	<b>7,06</b>	<b>56,12</b>	<b>329,92</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>54,91</b>	<b>56,86</b>	<b>292,67</b>	<b>1791,2</b>	

## Меню приготовляемых блюд от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетичес. ценность	№ рецептуры и № тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	200	6,98	10,42	25	222,38	№ 63/ №11
	Бутерброд с маслом	30/5	2,3	4,36	14,62	108	№ 1 / № 18
	Какао с молоком	200	1,3	1,4	14,44	100	№ 248 / № 24
<b>Итого за завтрак</b>		<b>435</b>	<b>10,58</b>	<b>16,18</b>	<b>54,06</b>	<b>430,38</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№532 / № 26
<b>Итого</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	
Обед	Овощи натуральные соленые или свежие	60	0,48	0,06	1,5	8,4	№ 70 / № 104
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	4,3	3,9	17,51	105,6	№ 36/ № 48
	Тефтели рыбные паровые	80	9,36	0,76	7,83	76	№ 276 / № 65/1
	Соус молочный	30	1,3	2,97	3,9	28,99	№ 448/ № 66
	Картофельное пюре	130	3,05	5,24	18,06	123,06	№ 206/ № 70
	Компот из сухофруктов	200	0,48	0	23,8	90	№ 241/ № 28
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№122 № 16
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0	№ 123/ № 17
<b>Итого за обед</b>		<b>730</b>	<b>23,79</b>	<b>13,69</b>	<b>99,14</b>	<b>566,05</b>	
Полдник	Кисломолочный продукт	200	4,35	4,8	6	88,5	№ 251 / № 29
	Кондитерские из-я	40	3	3,92	29,76	166,8	№ 602 / № 85
<b>Итого за полдник</b>		<b>240</b>	<b>7,35</b>	<b>8,72</b>	<b>35,76</b>	<b>255,3</b>	
Ужин	Пудинг творожный паровой со сгущенным молоком	180	33,07	21,33	50,86	370,86	№ 327/ № 93
	Напиток из шиповника	200	0,24	0,10	18,33	100	№ 256 / № 34
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	№ 122 / № 16
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	№ 368 / № 97
<b>Итого за ужин</b>		<b>510</b>	<b>35,99</b>	<b>22,07</b>	<b>93,75</b>	<b>585,36</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>63,2</b>	<b>52</b>	<b>287</b>	<b>1883,09</b>	



## Меню приготовляемых блюд от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетичес. ценность	№ рецептуры и № тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,68	4,64	15,99	124	№ 44/ №105
	Бутерброд с маслом	30/5	2,3	4,36	14,62	108	№ 1/ № 18
	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,4	15,5	102,2	№ 253 / № 25
Итого за завтрак		435	8,38	10,4	46,11	334,2	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№532 / № 26
Итого		100	0,5	0,1	10,1	46	
Обед	Овощи натуральные соленые или свежие	60	0,48	0,06	1,5	8,4	№ 70 / № 104
	Щи из свежей капусты, с мясом и со сметаной	200	2,95	4,8	6,87	94,49	№ 56/ № 51
	Птица отварная	80	12,91	9,71	0	150,40	№ 414/ № 59
	Соус сметанный	30	0,45	5,06	1,62	45	№ 226/ № 68
	Рис припущенный	150	3,72	5,44	37,77	216	№ 133/ № 77
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,36	0	29,02	121,52	№ 517/ № 30
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№122 № 16
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0	№ 123/ № 17
Итого за обед		770	26,69	25,83	103,32	769,81	
Полдник	Молоко кипяченое	200	6,1	5,4	10,1	113	№ 419 / № 31
	Кондитерское изделие	40	3	3,92	29,76	166,8	№ 604 / № 81
Итого за полдник		240	9,1	9,32	39,86	279,8	
Ужин	Картофель отварной	150	2,86	4,32	23,01	142,35	№ 318/ № 78
	Рыба, тушенная в сметанном соусе	80	12,2	6,5	55,2	138,2	№ 256 / № 34
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	11,10	44	№ 391/ № 22
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	№ 122 / № 16
	Плоды и ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	№ 368 / № 97
Итого за ужин		541	17,8	11,48	113,87	439,05	
Итого за день		1856	62,47	57,13	313,26	1868,86	

## Меню приготовляемых блюд от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры и № тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	200	7,01	8,09	28,39	213	№ 96/ №1
	Бутерброд с сыром	30/15	3,48/2,28	4,43/0,24	- / 14,76	54/70,5	№ 7,122/ № 02,16
	Чай с молоком	200	0,8	1	13,5	56	№ 261 / № 23
Итого за завтрак		445	13,57	13,76	56,65	393,5	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№532 / № 26
Итого		100	0,5	0,1	10,1	46	
Обед	Салат из зеленого горошка (кукурузы)	60	1,57	5,08	3,9	67	№ 137/ № 03
	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	200	3,28	4,8	16,76	116,11	№ 33/ № 04
	Гуляш	80	6	7,6	2,47	164,8	№ 152/ № 61
	Картофельное пюре	75	1,53	2,40	10,21	68,62	№ 318/ № 78
	Капуста тушеная	75	1,54	2,45	7,07	56,32	№ 354/ №
	Компот из плодов консервированных	200	0,48	0,19	32,43	133,4	№ 377/ № 32
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№122 № 16
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0	№ 123/ № 17
Итого за обед		720	15,92	22,68	99,38	740,25	
Полдник	Кисломолочный продукт	200	4,35	4,8	6	88,5	№ 251 / № 29
	Коржик молочный	70	4,79	8,76	47,55	288	№ 279/ № 106
Итого за полдник		270	6,6	7,74	28,32	376,5	
Ужин	Суп картофельный с бобовыми, с мясом, с гречками	200/10	4,3	3,9	17,51	105,6	№ 36/ № 48
	Кисель из ягод	200	0,09	0,03	23,25	93,6	№ 516/ № 36
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	№ 122 / № 16
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	№ 368 / № 97
Итого за ужин		555	7,07	4,57	65,32	313,7	
Итого за день		1115	48,66	56,77	270	1869,95	

## Меню приготовляемых блюд от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры и № тех.карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 6</b>							
Завтрак	Каша вязкая молочная « Дружба»	200	6,21	7,73	27,71	201	№ 84/ № 7
	Бутерброд с маслом	30/5	2,3	4,36	14,62	108	№ 1/ № 18
	Какао с молоком	200	1,3	1,4	14,4	100	№ 248 / № 24
<b>Итого за завтрак</b>		<b>435</b>	<b>9,81</b>	<b>13,49</b>	<b>56,73</b>	<b>409</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№532 / № 26
<b>Итого</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	
Обед	Салат из отварной свеклы с чесноком	60	0,83	4,54	4,55	65	№ 22/ № 45
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,3	3,9	17,51	105,6	№ 38/ № 46
	Котлеты, биточки, шницели рыбные	80	7,8	4,35	28,3	114	№ 134/ № 55
	Соус молочный	30	1,3	2,97	3,9	48,31	№ 448/ № 66
	Картофельное пюре	130	3,05	5,24	18,06	142	№ 206/ № 70
	Компот из сухофруктов	200	0,48	0	23,8	90	№ 241/ № 28
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№122 № 16
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0	№ 123/ № 17
<b>Итого за обед</b>		<b>770</b>	<b>20,87</b>	<b>19,86</b>	<b>118,69</b>	<b>698,91</b>	
Полдник	Кисломолочный продукт	200	4,35	4,8	6	88,5	№ 251/ № 29
	Кондитерское из-е	40	2,36	1,88	30	146,4	№ 603/ № 82
<b>Итого за полдник</b>		<b>240</b>	<b>6,71</b>	<b>6,68</b>	<b>36</b>	<b>234,9</b>	
Ужин	Вареники ленивые отварные с маслом	150/5	22,24	16,29	22,9	327	№ 244/ № 79
	Чай с сахаром	200/11	0,06	0,02	11,10	44	№ 391/ № 22
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	№ 122 / № 16
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	№ 368 / № 97
<b>Итого за ужин</b>		<b>496</b>	<b>24,98</b>	<b>16,95</b>	<b>58,56</b>	<b>485,5</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>62,43</b>	<b>56,82</b>	<b>279,78</b>	<b>1874,31</b>	



## Меню приготовляемых блюд от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры и № тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 8</b>							
Завтрак	Каша вязкая ячневая молочная	200	6,64	7,59	28,13	204	№ 99/№ 10
	Бутерброд с джемом	30/8	2,32	0,24	20,08	92	№ 2/ № 20
	Чай с молоком	180/12	0,8	1	13,5	56	№ 261 / № 23
<b>Итого за завтрак</b>		<b>430</b>	<b>9,76</b>	<b>8,83</b>	<b>61,74</b>	<b>352</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№ 532 / № 26
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	
Обед	Овощи натуральные соленые или свежие	60	0,48	0,06	1,5	8,4	№ 70 / № 104
	Суп овощной	200	2,00	3,79	11,80	97,50	№ 40/ № 49
	Тефтели мясные	80	10,24	10,84	8,35	172	№ 304/ № 58/1
	Соус красный основной	40	0,69	1,95	3,09	31	№ 228/ № 69
	Каша гречневая рассыпчатая	130	3,9	5,52	18,98	227,92	№ 186 / № 71/1
	Компот из сухофруктов	200	0,48	0	23,8	90	№ 241/ № 32
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№ 122 № 16
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0	№ 123/ № 17
	<b>Итого за обед</b>		<b>770</b>	<b>22,61</b>	<b>22,92</b>	<b>94,06</b>	<b>760,82</b>
Полдник	Кисломолочный продукт	200	4,35	4,8	6	88,5	№ 251/ № 29
	Кондитерское изделие (печенье)	30	2,25	2,94	22,32	125,1	№ 604 / № 81
<b>Итого за полдник</b>		<b>240</b>	<b>6,6</b>	<b>7,74</b>	<b>28,32</b>	<b>213,6</b>	
Ужин	Цудинг творожный паровой	150	22,55	14,54	34,68	309,05	№ 327 / № 93
	Компот из сухофруктов (изюм)	200	0,48	0	23,8	90	№ 241/ № 32
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	№ 122 / № 16
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	№ 368 / № 97
<b>Итого за ужин</b>		<b>510</b>	<b>30,22</b>	<b>18,09</b>	<b>89,98</b>	<b>513,55</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>69,69</b>	<b>57,68</b>	<b>284,17</b>	<b>1885,97</b>	

## Меню приготовляемых блюд от Злет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры и № тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 9</b>							
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными	200	6,35	8,51	21,86	187	№ 93/№ 15
	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/14	5,06	7	14,62	145	№ 3/ № 19
	Какао с молоком	200	1,3	1,4	14,44	100	№ 248 / № 24
<b>Итого за завтрак</b>		<b>449</b>	<b>12,71</b>	<b>16,91</b>	<b>50,88</b>	<b>432</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	№ 532 / № 26
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	
Обед	Овощи натуральные соленые или свежие	60	0,48	0,06	1,5	8,4	№ 70 / № 104
	Щи из свежей капусты, с мясом и со сметаной	200	2,95	4,8	6,87	94,49	№ 56/ № 51
	Птица отварная	80	12,91	9,71	0	150,40	№ 414/ № 59
	Соус сметанный	30	0,45	5,06	1,62	45	№ 226/ № 68
	Макаронные изделия отварные	130	4,42	6,50	24,70	175,50	№ 688 / № 72
	Компот из плодов консервированных	200	0,48	0,19	32,43	133,4	№ 377/ № 32
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	№ 122 № 16
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0	№ 123/ № 17
<b>Итого за обед</b>		<b>770</b>	<b>26,51</b>	<b>27,08</b>	<b>93,66</b>	<b>741,19</b>	
Полдник	Молоко кипяченое	200	6,1	5,4	10,1	113	№ 419 / № 31
	Кондитерское изделие (вафли)	30	0,84	1	23,2	106,2	№ 602 / № 85
<b>Итого за полдник</b>		<b>240</b>	<b>6,94</b>	<b>6,4</b>	<b>33,3</b>	<b>219,2</b>	
Ужин	Омлет натуральный	150	12,92	19,85	3,51	244,34	№ 311 / № 98
	Зеленый горошек или кукуруза консервированные	60	3	0,12	4,98	33	№ 56/ № 42
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	11,10	44	№ 391/ № 22
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	№ 122 № 16
	Фрукты и ягоды свежие	100	0,38	0,38	9,31	41,8	№ 368 / № 97
<b>Итого за ужин</b>		<b>551</b>	<b>18,64</b>	<b>20,61</b>	<b>43,66</b>	<b>433,64</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>65,3</b>	<b>71,11</b>	<b>231,6</b>	<b>1872,03</b>	



УТВЕРЖДАЮ  
 И.о.заведующего  
 МБДОУ «Детский сад № 14  
 «Березка»  
 С.Ю.СЫЛКО  
 Приказ от 11.05.2021 года № 06



**Режим питания  
 в МБДОУ «Детский сад № 14 «Березка»  
 (12-часовой режим работы с 07.00 до 19.00 часов)**

Наименование возрастной группы	№ группы	Наименование приема пищи	Время выдачи готовой продукции	Время приема пищи в группе
Группа раннего возраста	№ 3	Завтрак	08.15	08.30-09.00
		Второй завтрак	10.20	10.30-11.00
		Обед	11.45	12.00-13.00
		Полдник	15.15	15.30-16.00
		Ужин	18.15	18.30-19.00
Младшая группа	№ 1, 2, 4	Завтрак	08.18	08.30-09.00
		Второй завтрак	10.20	10.30-11.00
		Обед	11.50	12.00-13.00
		Полдник	15.15	15.30-16.00
		Ужин	18.15	18.30-19.00
Средняя группа	№ 5,7,8	Завтрак	08.20	08.30-09.00
		Второй завтрак	10.23	10.30-11.00
		Обед	11.55	12.00-13.00
		Полдник	15.15	15.30-16.00
		Ужин	18.15	18.30-19.00
Старшая группа	№ 6,9,15	Завтрак	08.23	08.30-09.00
		Второй завтрак	10.25	10.30-11.00
		Обед	12.00	12.00-13.00
		Полдник	15.20	15.30-16.00
		Ужин	18.20	18.30-19.00
Подготовительная к школе группа	№ 10,11,12,13,14	Завтрак	08.25	08.30-09.00
		Второй завтрак	10.25	10.30-11.00
		Обед	12.05	12.00-13.00
		Полдник	15.25	15.30-16.00
		Ужин	18.25	18.30-19.00



УТВЕРЖДАЮ  
 И.о.заведующего  
 МБДОУ «Детский сад № 14  
 «Березка» С.Ю.Сылко  
 Приказ от 11.01.2021 года № 06



## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202\_\_ года

Наименование блюда	Объем порции, гр.	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>		
<b>Второй завтрак</b>		
<b>Обед</b>		
<b>Полдник</b>		
<b>Ужин</b>		
<b>ИТОГО</b>		