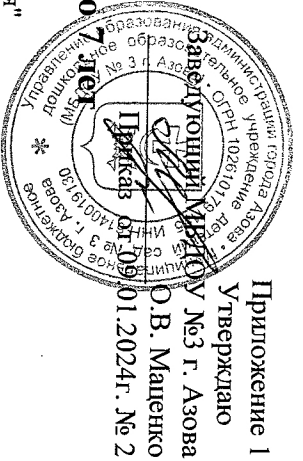


(Составлено на основании СП 2.3/2.4. 3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения")

Примерное 10 - дневное меню для организации питания детей от 1,5 до 7 лет
МБДОУ №3 г. Азова



Понедельник 1 день		Вторник 2 день		Среда 3 день		Четверг 4 день		Пятница 5 день	
Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Завтрак 1 день		Завтрак 2 день		Завтрак 3 день		Завтрак 4 день		Завтрак 5 день	
Каша молочная манная жидкая (рецептура № 101)	150/250	Сырники из творога (рецептура № 245)	110/150	Запеканка со свежими плодами (рецептура № 204)	160/250	Вареники ленивые (рецептура № 244)	110/150	Сельдь (рецептура № 8)	35/50
Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	Кофейный напиток с мо- локом (рецептура № 414)	150/250	Фруктовый кисель густой (рецептура № 401)	50/50	Сметана	20/25	Пюре картофельное (рецептура № 339)	110/130
Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	20/25	Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	36/47	Какао с молоком (рецептура № 416)	150/250	Какао с молоком (рецептура № 416)	150/250	Салат из свежих (рецептура № 34)	50/50
				Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/38	Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	30/43	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/250
								Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/38
Второй завтрак 1 день		Второй завтрак 2 день		Второй завтрак		Второй завтрак 4 день		Второй завтрак 5 день	
Сок или напиток	100/110	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	100/110	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	100/110
Обед 1 день		Обед 2 день		Обед 3 день		Обед 4 день		Обед 5 день	
Салат из горошка зеленого консерви- рованного (рецептура № 10)	30/30	Тушеная капуста (рецептура № 354)	50/50	Салат из свежих (рецептура № 34)	50/50	Икра свекольная (рецептура № 55-1)	50/50	Борщ летний (со свежей) (рецептура № 70)	150/250
Борщ с капустой и кар- тофелем (рецептура № 68)	150/250	Суп картофельный с бобовыми куриный (рецептура № 87)	150/250	Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 68)	150/250	Суп картофельный с клецками (рецептура № 91)	150/250	Запеканка из суфлюдов с рисом (рецептура № 311)	150/220
Плов с мясом (рецептура № 295)	150/200	Котлета рубленая из курицы (рецептура № 324)	60/70	Котлета рубленая (рецептура № 298)	60/70	Рыба припущенная (рецептура № 259)	50/88	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200
Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Каша пшеничная вязкая (рецептура №331)	140/150	Гарнир гречневый (рецептура № 331)	120/140	Соус томатный с овощами (рецептура 367)	20/20	Хлеб пшеничный	30/40
Хлеб пшеничный	30/40	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Пюре картофельное (рецептура № 339)	140/150	Хлеб ржаной	40/50

Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/40	Хлеб пшеничный	30/40	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200		
		Хлеб пшеничный	35/39	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб пшеничный	30/40		
						Хлеб ржаной	40/50		
Полдник 1 день									
Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	150/200	Молоко (рецептура № 419)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150	Молоко (рецептура № 419)	150/250	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	150/200
Кондитерское изделие	12/20	Булочка домашняя (рецептура 452)	70/80	Кондитерское изделие	12/20	Кондитерское изделие	12/20	Кондитерское изделие	12/20
Свежие фрукты	108/114	Свежие фрукты	108/114	Свежие фрукты	108/114	Свежие фрукты	108/114	Свежие фрукты	108/114
Ужин 1 день									
Яйцо вареное (рецептура № 227)	35/35	Каша пшеничная молочная жидкая (рецептура № 199)	200/250	Тушеная капуста (рецептура № 354)	130/180	Коллета картофельная (рецептура № 150)	120/145	Каша гречневая молочная жидкая (рецептура № 101)	200/250
Икра свекольная (рецептура № 55)	150/170	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/250	Омлет с сыром (рецептура № 230)	120/160	Соус томатный (рецептура № 367)	20/20	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/250
Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	150/250			Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/250	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	150/250	Хлеб пшеничный	10/20
Понедельник 6 день									
Вторник 7 день									
Среда 8 день									
Четверг 9 день									
Пятница 10 день									
Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Завтрак 6 день									
Каша молочная пшенная жидкая (рецептура № 199)	200/250	Сырники из творога (рецептура № 245)	110/150	Яйцо отварное (рецептура № 227)	40/40	Пудинг из творога с рисом (рецептура № 250)	120/150	Пюре картофельное (рецептура № 339)	110/150
Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/250	Какао с молоком (рецептура № 416)	150/250	Икра кабачковая консервированная (рецептура № 57)	35/50	Сметана	20/20	Рыба отварная (рецептура №256)	60/80
Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	36/43	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/47	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	150/250	Какао с молоком (рецептура № 416)	200/250	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/250
				Бутерброд с маслом и сыром (рецептура № 3)	28/35	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/36	Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	28/30
Второй завтрак 6 день									
Второй завтрак 7 день									
Второй завтрак 8 день									
Второй завтрак 9 день									
Второй завтрак 10 день									
Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	100/100
Обед 6 день									
Обед 7 день									
Обед 8 день									
Обед 9 день									
Обед 10 день									
Тушеная капуста (рецептура № 354)	65/65	Салат из соевых стручков с луком (рецептура № 20)	50/50	Тушеная капуста (рецептура № 354)	65/65	Салат из свеклы (рецептура № 34)	50/50	Тушеная капуста (рецептура № 354)	65/65

Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 68)	150/250	Суп картофельный с макаронами (рецептура № 88)	150/250	Суп картофельный с бобовыми говядина (рецептура № 87)	150/250	Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 68)	150/250	Рассольник на мясном бульоне (рецептура № 80)	150/250
Плов из мяса (рецептура № 295)	150/200	Птица отварная (рецептура № 317)	50/70	Тефтели мясные с рисом (рецептура № 303, 304)	50/60	Котлета рыбная (рецептура № 271)	60/80	Бефстроганов из субпродуктов (рецептура № 294)	50
									70
		Гарнир – каша вязкая ячневая (рецептура № 331)	100/150	Макаронные изделия отварные (рецептура № 335)	100/150	Пюре картофельное (рецептура № 339)	140/150	Каша вязкая пшенная (рецептура № 331)	130/140
Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200
Хлеб пшеничный	35/40	Хлеб пшеничный	30/45	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/45	Хлеб пшеничный	30/40
Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник 6 день		Полдник 7 день		Полдник 8 день		Полдник 9 день		Полдник 10 день	
Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150	Молоко (рецептура № 419)	200/250	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150	Молоко (рецептура № 419)	200/250	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150
Кондитерское изделие	12/20	Кондитерское изделие	12/20	Кондитерское изделие	12/20	Пирожки печеные из дрожжевого теста (рецептура № 452)	80/100	Бутерброд с повидлом (рецептура № 2)	40/40
Свежие фрукты	108/114	Свежие фрукты	108/114	Свежие фрукты	108/114	Свежие фрукты	108/114	Свежие фрукты	108/114
Ужин 6 день		Ужин 7 день		Ужин 8 день		Ужин 9 день		Ужин 10 день	
Оладьи (рецептура № 432)	100/150	Рагу из овощей (рецептура № 148)	160/200	Каша расщипчатая пшенная с фруктами (рецептура № 181)	200/250	Яйцо отварное (рецептура № 227)	40/40	Каша овсяная молочная (рецептура № 101)	200/250
Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/250	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/250	Хлеб пшеничный	10/25	Тушеная капуста (рецептура № 354)	140/230	Кисель из сока натурального (рецептура № 400)	200/250
Повидло	10/20	Хлеб пшеничный	10/25	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/250	Соус томатный (рецептура № 367)	20/20	Хлеб пшеничный	10/20
						Кисель из сока натурального (рецептура № 400)	200/250		
						Хлеб пшеничный	10/25		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 535789110244658727404941810073550101074793265741

Владелец Сибиль Елена Анатольевна

Действителен с 18.12.2025 по 18.12.2026