

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «Детский сад №275»
(МАДОУ «Детский сад №275»)



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МАДОУ «Детский сад №275»

В.В. Гусейнова

приказ от 28.05.2025 №126-осн.

05 - Организация питания

Дело № 05-03

Меню приготавливаемых блюд
МАДОУ «Детский сад №275»
(возрастная категория 1,5-3 года)

Начато: 02.06.2025
Окончено: _____
Хранить: 1 год п.2057 пр. 1030

Фонд № _____
Опись № _____
Дело № _____

Барнаул, 2025

Утверждаю:

Руководитель

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1							
ЗАВТРАК							
	Каша гречневая молочная вязкая	150	6,31	7,00	23,58	182,54	185/5
	Бутерброды с маслом	24	1,53	3,48	10,33	78,78	1/4
	Кофейный напиток с молоком	180	4,04	4,21	12,94	105,81	395/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	354	12	15	47	367	
ОБЕД							
	Кукуруза консервированная	30	0,66	0,12	3,36	17,16	12/4
	Щи из квашеной капусты	150	3,53	6,15	11,23	114,25	70/4
	Гуляш из отварного мяса	50	11,27	6,43	7,68	133,54	277/4
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	3,32	1,84	18,64	104,38	205/4
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	114п/2
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	115п/2
	Компот из сухофруктов с витамином С	150	0,25		7,99	32,97	/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	22	15	70	504	
ПОЛДНИК							
	Сухарики в сахарном сиропе	50	1,35	0,52	12,30	59,33	1/0
	Молоко кипяченое	150	4,35	9,07	15,51	161,09	400/4
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	6	10	28	220	
УЖИН							
	Омлет на натуральном молоке	180	9,71	13,13	7,59	187,39	216/4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,48	29,52	134,56	114п/2
	Чай с сахаром	180			11,34	45,33	282/5
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	13	14	48	367	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1494	53	53	193	1458	

Меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория: Ясли МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК							
Каша рисовая молочная жидкая		150	5,19	6,54	23,94	175,37	п.98/1
Бутерброды с сыром		32	3,63	5,00	10,32	100,82	3/4
Какао с молоком		180	3,43	3,67	11,08	91,08	397/4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		362	12	15	45	367	
ОБЕД							
Свежие овощи		30	0,21	0,58	0,57	8,34	13/4
Суп картофельный с бобовыми и гречками		150	4,73	3,00	16,94	113,57	62/5
Рулет с луком и яйцами		60	11,30	8,54	2,03	130,07	295/1
Пюре картофельное (гарнир)		110	3,32	2,93	15,95	103,32	321/4
Хлеб пшеничный		10	0,76	0,08	4,92	23,44	114п/2
Хлеб ржаной		40	2,44	0,48	15,96	77,92	115п/2
Кисель из повидла, джема, варенья		150	0,10		14,34	57,75	383/4
ИТОГО ЗА ОБЕД		550	23	16	71	514	
ПОЛДНИК							
Кекс " Творожный"		50	8,88	6,58	19,91	174,32	475/5
Варенец		150	2,61	2,25	3,69	45,45	401/0
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	11	9	24	220	
УЖИН							
Запеканка капустная с маслом		160	5,37	8,29	23,20	188,87	165/5
Соус сметанный		20	0,46	2,42	1,49	29,58	237/5
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	93,76	114п/2
Чай с сахаром		180			8,10	32,40	282/5
ИТОГО ЗА УЖИН		400	9	11	52	345	
ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ		1512	55	51	192	1446	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20



Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3							
ЗАВТРАК							
	Каша манная молочная жидкая	150	4,82	8,60	19,25	173,75	194/5
	Бутерброды с маслом	24	1,53	4,06	10,35	84,05	1/4
	Кофейный напиток с молоком	180	3,75	4,66	13,16	109,57	395/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	354	10	17	43	367	
ОБЕД							
	Квашенная капуста	30	0,62	2,04	1,26	25,82	№ п.7/5
	Суп куриный с яичной паутинкой	150	6,43	6,57	13,80	139,88	132/5
	Гуляш из отварной курицы	50	11,25	8,03	5,93	140,90	317/5
	Каша ячневая рассыпчатая	110	2,02	2,44	13,12	82,49	250п/2
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	114п/2
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,38	12,77	64,29	115п/2
	Компот из свежих плодов	150	0,26		9,09	37,40	293/5
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	24	20	61	514	
ПОЛДНИК							
	Кондитерские изделия	25	1,50	2,12	13,48	79,04	/0
	Соки овощные или ягодные	200	1,00		17,17	72,68	399/4
	Плоды и ягоды свежие	200	0,80		16,27	68,27	368/4
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	425	3	2	47	220	
УЖИН							
	Запеканка из печени с рисом	150	19,63	8,84	17,16	226,68	294/4
	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,71	1,45	3,51	29,97	350/4
	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	62,84	213/4
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	114п/2
	Чай с сахаром	180			6,01	24,01	282/5
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	26	15	32	367	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1719	63	54	182	1469	

Меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория: Ясли МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4							
ЗАВТРАК							
	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	150	5,64	7,27	18,41	161,60	184/5
	Бутерброд с сыром	32	3,63	6,78	10,33	116,88	3/5
	Какао с молоком	180	3,72	3,61	10,17	88,02	397/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	362	13	18	39	367	
ОБЕД							
	Свежие овощи	30	0,32	1,16	1,21	16,59	14/0
	Борщ со свежей капусты	150	3,65	6,03	12,28	117,92	66/4
	Биточки паровые	60	12,08	10,18	2,64	150,40	289/4
	Каша рассыпчатая с овощами	110	2,70	3,26	14,59	98,48	/5
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	114п/2
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	115п/2
	Соки овощные или ягодные	180	1,00		6,06	28,24	399/4
	ИТОГО ЗА ОБЕД	580	23	21	58	513	
ПОЛДНИК							
	Булочка дорожная	50	6,72	6,19	15,85	145,80	470/4
	Снежок	150	4,05	2,25	9,56	74,68	401/0
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	11	8	25	220	
УЖИН							
	Запеканка из творога	180	32,48	8,10	13,40	256,33	237/4
	Соус молочный (сладкий)	20	0,69	2,05	4,71	39,99	351/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Чай с сахаром	180			6,01	24,01	282/5
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	35	10	34	367	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1542	81	58	156	1467	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5							
ЗАВТРАК							
	Каша пшенная молочная жидкая	150	5,86	6,93	21,11	170,28	п.96/1
	Бутерброды с маслом	24	1,53	3,48	10,33	78,78	1/4
	Кофейный напиток с молоком	180	4,04	5,04	14,16	118,19	395/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	354	11	15	46	367	
ОБЕД							
	Огурцы соленые	30	0,24	1,03	0,51	12,26	20/4
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	4,36	3,33	20,97	131,23	58/5
	Плов из отварной говядины	160	12,15	8,17	19,54	200,32	114/5
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	114п/2
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	115п/2
	Компот из изюма с витамином С	150	0,41	0,07	16,47	68,14	376/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	20	13	78	513	
ПОЛДНИК							
	Кондитерские изделия	25	1,20	0,70	19,43	88,80	/0
	Соки овощные или ягодные	200	1,00		17,78	75,10	399/4
	Плоды и ягоды свежие	200	0,80		13,33	56,51	368/4
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	425	3	1	51	220	
УЖИН							
	Суфле рыбное	180	32,14	13,43	1,01	253,40	86/5
	Соус сметанный	20	0,38	3,40	1,24	37,05	354/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Чай с лимоном	180	0,09	0,01	7,31	29,65	393/4
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	34	17	19	367	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1719	69	46	194	1468	



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1							
ЗАВТРАК							
Суп молочный с макаронными изделиями		150	5,46	5,08	15,32	128,81	77/5
Бутерброды с сыром		32	4,69	5,61	10,33	110,56	3/4
Какао с молоком		180	4,59	4,95	16,13	127,46	397/4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		362	15	16	42	367	
ОБЕД							
Икра кабачковая		30	0,57		2,31	11,52	53/4
Суп с рыбными консервами		150	4,12	1,95	9,91	73,63	87/5
Тефтели мясные (1-й вариант)		50	11,82	5,89	7,30	129,61	286/4
Пюре из гороха		110	6,30	1,81	15,17	102,15	п.107/1
Хлеб пшеничный		10	0,76	0,08	4,92	23,44	114п/2
Хлеб ржаной		40	2,44	0,48	15,96	77,92	115п/2
Кисель из повидла, джема, варенья		150	0,10		17,93	72,09	383/4
ИТОГО ЗА ОБЕД		540	26	10	74	490	
ПОЛДНИК							
Крендель сахарный		50	6,12	4,89	15,76	131,62	479/4
Молоко кипяченое		150	4,35	4,80	7,05	88,80	400/4
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	10	10	23	220	
УЖИН							
Рагу из овощей		160	3,90	10,21	28,54	221,66	п.77/1
Яйца вареные		40	5,08	4,60	0,28	62,84	213/4
Хлеб пшеничный		20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
Чай с сахаром		180			8,99	35,99	282/5
ИТОГО ЗА УЖИН		400	11	15	48	367	
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ		1502	62	51	186	1445	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК							
	Каша ячневая молочная вязка	150	5,21	6,66	23,81	176,04	п.99/1
	Бутерброды с маслом	24	1,53	3,48	10,33	78,78	1/4
	Кофейный напиток с молоком	180	3,46	4,80	13,55	111,26	395/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	354	10	15	48	366	
ОБЕД							
	Свежие овощи	30	0,23	1,03	0,63	12,72	13/4
	Рассольник ленинградский	150	3,58	5,90	15,56	129,51	76/4
	Бефстроганов из отварного мяса	50	9,91	6,41	6,33	122,60	278/4
	Пюре картофельное (гарнир)	110	3,36	3,22	22,40	132,04	321/4
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	114п/2
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	115п/2
	Компот из сухофруктов с витамином С	150	0,41		3,61	16,08	/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	21	17	69	514	
ПОЛДНИК							
	Булочка "Нежная"	50	6,71	5,70	19,52	156,10	п.270/1
	Йогурт	150	7,50	2,40	3,15	64,20	536п/2
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	14	8	23	220	
УЖИН							
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	3,32	2,57	42,76	207,43	205/4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	114п/2
	Чай с сахаром	180			9,00	35,99	282/5
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	6	3	71	337	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1494	51	43	211	1438	

Меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория: Ясли МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3							
ЗАВТРАК							
Каша кукурузная молочная жидкая		150	5,62	7,16	20,73	169,81	204/5
Бутерброды с сыром		32	3,63	5,61	10,33	106,35	3/4
Какао с молоком		180	4,30	3,29	10,70	89,57	397/4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		362	14	16	42	366	
ОБЕД							
Горошек консервированный		30	0,93	0,06	1,95	12,06	10/0
Суп картофельный с клецками		150	9,03	5,73	12,45	137,55	п.37/1
Птица, тушенная в соусе с овощами		180	15,36	14,38	11,56	237,04	302/4
Хлеб пшеничный		10	0,76	0,08	4,92	23,44	114п/2
Хлеб ржаной		40	2,44	0,48	15,96	77,92	115п/2
Компот из свежих плодов		150	0,26		5,98	24,96	293/5
ИТОГО ЗА ОБЕД		560	29	21	53	513	
ПОЛДНИК							
Кондитерские изделия		25	1,88	2,95	18,73	108,95	/0
Соки овощные или ягодные		180	0,80		10,10	43,60	399/4
Плоды и ягоды свежие		200	0,80		15,09	63,57	368/4
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		405	3	3	44	216	
УЖИН							
Запеканка картофельная с печенью		180	19,55	11,57	22,69	273,09	164/0
Соус молочный		20	0,56	1,22	1,50	19,16	239/5
Хлеб пшеничный		20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
Чай с сахаром		180			7,01	28,00	282/5
ИТОГО ЗА УЖИН		400	22	13	41	367	
ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ		1727	67	53	180	1462	

Меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория: Ясли МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4							
ЗАВТРАК							
	Каша молочная "Дружба"	150	5,18	6,69	21,56	167,07	200/5
	Бутерброды с маслом	24	1,53	2,90	11,35	77,60	1/4
	Кофейный напиток с молоком	180	3,46	5,33	15,24	122,78	395/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	354	10	15	48	367	
ОБЕД							
	Огурцы соленые	30	0,24	0,03	0,51	3,27	20/4
	Суп картофельный " Московский"	150	3,91	5,07	16,07	125,37	80/4
	Жаркое по-домашнему	160	17,63	12,48	18,19	255,61	276/4
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	114п/2
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	115п/2
	Компот из сухофруктов с витамином С	180	0,21		7,00	28,80	/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	570	25	18	63	514	
ПОЛДНИК							
	Пирожки печеные с печенью	50	6,22	6,18	13,83	135,59	№249/0
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	401/2
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	11	11	20	220	
УЖИН							
	Пудинг из творога паровой	180	22,87	8,64	12,93	220,90	п.126/1
	Соус молочный (сладкий)	20	0,70	1,13	3,72	27,82	351/4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	114п/2
	Чай с сахаром	160			6,01	24,01	282/5
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	27	10	42	366	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1524	73	54	173	1469	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5							
ЗАВТРАК							
Каша пшеничная молочная жидкая		150	5,23	6,07	19,89	154,98	199/5
Бутерброды с сыром		32	3,63	6,97	10,33	118,61	3/4
Какао с молоком		180	3,43	3,67	11,26	91,80	397/4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		362	12	17	41	365	
ОБЕД							
Свежие овощи		30	0,32	1,06	1,10	15,20	14/0
Свекольник		150	3,39	12,42	11,37	170,79	58/4
Голубцы ленивые		160	11,53	11,23	12,09	195,58	298/4
Хлеб пшеничный		10	0,76	0,08	4,92	23,44	114п/2
Хлеб ржаной		40	2,44	0,48	15,96	77,92	115п/2
Компот из сухофруктов с витамином С		150	0,41		7,36	31,05	/0
ИТОГО ЗА ОБЕД		540	19	25	53	514	
ПОЛДНИК							
Кондитерские изделия		25	1,20	0,70	19,43	88,80	/0
Соки овощные или ягодные		200	1,00		15,96	67,83	399/4
Плоды и ягоды свежие		200	0,64		15,29	63,71	368/4
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		425	3	1	51	220	
УЖИН							
Рыба, тушенная с овощами		180	21,75	11,28	5,64	211,07	247/4
Соус сметанный натуральный		20	0,88	4,21	3,81	56,57	п.227/1
Хлеб пшеничный		20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
Чай с лимоном		180	0,09	0,01	13,04	52,61	393/4
ИТОГО ЗА УЖИН		400	24	16	32	367	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1727	58	58	177	1467	
ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД		15960	633	520	1844	14588	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД		1596	63	52	184	1459	
Содержание БЖУ в % от калорийности			17	32	51		

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню: