

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



УВЕРЖДАЮ:

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 3-7 лет)

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

Фонд № _____
Опись № _____
Дело № _____

Барнаул, 2025

Утверждаю:

Руководитель

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием
пищи

Наименование блюда

Вес

Пищевые вещества, г.

Б

Ж

У

Энергет.
ценность
(ккал)

№
рецептуры

НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1

ЗАВТРАК

Каша гречневая молочная вязкая	200	7,56	8,06	28,58	217,08	185/5
Бутерброды с маслом	30	1,92	4,36	12,92	98,48	1/4
Кофейный напиток с молоком	180	4,67	4,86	14,14	118,98	395/4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	410	14	17	56	435	

ОБЕД

Кукуруза консервированная	50	1,10	0,20	5,60	28,60	12/4
Щи из квашеной капусты	180	3,76	6,57	12,62	124,67	70/4
Гуляш из отварного мяса	70	15,41	8,44	11,20	182,40	277/4
Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,86	2,13	27,33	147,91	205/4
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
Компот из сухофруктов с витамином С	180	0,30		7,99	33,20	/0
ИТОГО ЗА ОБЕД	680	30	18	95	661	

ПОЛДНИК

Сухарики в сахарном сиропе	70	1,35	0,52	14,34	67,47	1/0
Молоко кипяченое	180	5,22	10,89	18,61	193,31	400/4
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	7	11	33	261	

УЖИН

Омлет на натуральном молоке	200	10,01	15,79	8,12	214,64	216/4
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,60	36,90	168,20	114п/2
Чай с сахаром	200			15,11	60,43	282/5
ИТОГО ЗА УЖИН	450	14	16	60	443	
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1790	65	63	243	1800	

Страница 2

Умверт Ласедез
Детский сад №275
Детский сад №275

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

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275							
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	200	6,83	8,22	23,44	195,04	184/5
	Бутерброд с сыром	42	5,08	9,31	12,92	155,63	3/5
	Какао с молоком	180	4,06	3,92	11,61	98,00	397/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	422	16	21	48	449	
ОБЕД							
	Свежие овощи	50	0,53	1,21	2,01	20,98	14/0
	Борщ со свежей капусты	180	3,83	6,63	12,81	126,11	66/4
	Биточки паровые	70	13,11	10,94	3,45	164,63	289/4
	Каша рассыпчатая с овощами	130	4,41	4,12	23,91	150,38	/5
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Соки овощные или ягодные	200	1,00		6,06	28,24	399/4
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	27	24	78	635	
ПОЛДНИК							
	Булочка дорожная	70	7,25	7,52	20,81	179,73	470/4
	Снежок	180	4,86	2,70	11,47	89,62	401/0
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	12	10	32	269	
УЖИН							
	Запеканка из творога	200	42,22	9,47	17,45	323,79	237/4
	Соус молочный (сладкий)	30	0,84	2,35	5,95	48,27	351/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Чай с сахаром	200			7,01	28,01	282/5
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	45	12	40	447	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1822	100	67	199	1800	

Страница 4

Сотрудница
Детского сада
Гусева В.В.

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

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №279							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3							
ЗАВТРАК							
	Каша манная молочная жидкая	200	5,92	9,61	25,20	211,01	194/5
	Бутерброды с маслом	30	1,92	5,08	12,93	105,07	1/4
	Кофейный напиток с молоком	180	4,09	5,05	13,96	117,69	395/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	410	12	20	52	434	
ОБЕД							
	Квашенная капуста	50	1,02	2,06	2,05	30,84	№ п.7/5
	Суп куриный с яичной паутинкой	180	6,88	7,04	16,90	158,39	132/5
	Гуляш из отварной курицы	70	15,32	10,32	8,11	186,46	317/5
	Каша ячневая рассыпчатая	130	2,73	3,25	17,71	111,03	250п/2
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,48	15,96	80,36	115п/2
	Компот из свежих плодов	180	0,30		9,78	40,30	293/5
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	31	23	80	654	
ПОЛДНИК							
	Кондитерские изделия	40	2,40	3,40	21,57	126,47	/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	440	4	3	55	267	
УЖИН							
	Запеканка из печени с рисом	180	23,77	11,08	19,82	273,98	294/4
	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	1,51	2,48	5,98	52,19	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	200			8,00	32,01	282/5
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	31	18	39	444	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1980	78	65	226	1800	

Страница 3

1. Проверка
 2. Проверка
 3. Проверка
 4. Проверка
 5. Проверка
 6. Проверка
 7. Проверка
 8. Проверка
 9. Проверка
 10. Проверка
 11. Проверка
 12. Проверка
 13. Проверка
 14. Проверка
 15. Проверка
 16. Проверка
 17. Проверка
 18. Проверка
 19. Проверка
 20. Проверка
 21. Проверка
 22. Проверка
 23. Проверка
 24. Проверка
 25. Проверка
 26. Проверка
 27. Проверка
 28. Проверка
 29. Проверка
 30. Проверка
 31. Проверка
 32. Проверка
 33. Проверка
 34. Проверка
 35. Проверка
 36. Проверка
 37. Проверка
 38. Проверка
 39. Проверка
 40. Проверка
 41. Проверка
 42. Проверка
 43. Проверка
 44. Проверка
 45. Проверка
 46. Проверка
 47. Проверка
 48. Проверка
 49. Проверка
 50. Проверка
 51. Проверка
 52. Проверка
 53. Проверка
 54. Проверка
 55. Проверка
 56. Проверка
 57. Проверка
 58. Проверка
 59. Проверка
 60. Проверка
 61. Проверка
 62. Проверка
 63. Проверка
 64. Проверка
 65. Проверка
 66. Проверка
 67. Проверка
 68. Проверка
 69. Проверка
 70. Проверка
 71. Проверка
 72. Проверка
 73. Проверка
 74. Проверка
 75. Проверка
 76. Проверка
 77. Проверка
 78. Проверка
 79. Проверка
 80. Проверка
 81. Проверка
 82. Проверка
 83. Проверка
 84. Проверка
 85. Проверка
 86. Проверка
 87. Проверка
 88. Проверка
 89. Проверка
 90. Проверка
 91. Проверка
 92. Проверка
 93. Проверка
 94. Проверка
 95. Проверка
 96. Проверка
 97. Проверка
 98. Проверка
 99. Проверка
 100. Проверка

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

Приложение №12
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5							
ЗАВТРАК							
	Каша пшенная молочная жидкая	200	6,90	7,71	25,71	199,77	п.96/1
	Бутерброды с маслом	30	1,92	4,36	12,92	98,48	1/4
	Кофейный напиток с молоком	180	4,67	5,82	15,55	133,26	395/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	410	13	18	54	432	
ОБЕД							
	Огурцы соленые	50	0,40	1,05	0,85	14,44	20/4
	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	4,60	3,38	22,85	140,12	58/5
	Плов из отварной говядины	200	13,06	11,29	28,79	269,05	114/5
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Компот из изюма с витамином С	180	0,51	0,09	18,57	77,08	376/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	23	17	101	645	
ПОЛДНИК							
	Кондитерские изделия	40	1,92	1,12	31,08	142,08	/0
	Соки овощные или ягодные	200	1,00		17,78	75,10	399/4
	Фрукты и ягоды свежие	200	0,80		13,33	56,51	368/4
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	440	4	1	62	274	
УЖИН							
	Суфле рыбное	200	35,42	14,80	1,17	279,43	86/5
	Соус сметанный	30	0,89	7,86	4,50	92,25	354/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Чай с лимоном	200	0,23	0,03	7,76	32,14	393/4
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	38	23	23	451	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1980	78	58	240	1801	

Страница 5

Утверждено:
 [Подпись]
 [Подпись]

Меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория: Детсад 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	180	7,14	6,04	23,71	177,80	77/5
	Бутерброды с сыром	42	6,65	7,55	12,92	146,14	3/4
	Какао с молоком	180	4,64	4,98	19,15	139,98	397/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	402	18	19	56	464	
ОБЕД							
	Икра кабачковая	50	0,95		3,85	19,20	53/4
	Суп с рыбными консервами	180	5,11	2,31	10,50	83,28	87/5
	Тефтели мясные (1-й вариант)	70	13,25	6,29	9,40	147,23	286/4
	Пюре из гороха	130	9,61	2,14	23,16	150,28	п.107/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,17		28,45	114,49	383/4
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	34	12	105	659	
ПОЛДНИК							
	Крендель сахарный	70	6,33	5,27	18,24	145,72	479/4
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	106,56	400/4
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	12	11	27	252	
УЖИН							
	Рагу из овощей	180	4,16	11,72	31,16	246,72	п.77/1
	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	62,84	213/4
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	114п/2
	Чай с сахаром	200			12,00	47,97	282/5
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	12	17	58	428	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1782	75	58	246	1803	

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

Приложение №12
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Возрастная категория: Детсад МАДОУ детский сад №21							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК							
	Каша ячневая молочная вязка	200	7,07	8,29	32,15	231,45	п.99/1
	Бутерброды с маслом	30	1,92	4,36	12,92	98,48	1/4
	Кофейный напиток с молоком	180	4,09	5,68	15,03	127,58	395/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	410	13	18	60	458	
ОБЕД							
	Свежие овощи	50	0,37	1,05	1,01	14,98	13/4
	Рассольник ленинградский	180	4,04	7,85	18,66	161,33	76/4
	Бефстроганов из отварного мяса	70	10,89	7,82	7,46	143,74	278/4
	Пюре картофельное (гарнир)	130	4,05	3,93	26,14	156,14	321/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Компот из сухофруктов с витамином С	180	0,50		3,61	16,46	/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	24	21	87	637	
ПОЛДНИК							
	Булочка "Нежная"	70	7,45	7,80	21,10	184,40	п.270/1
	Йогурт	180	9,00	2,88	3,78	77,04	536п/2
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	16	11	25	261	
УЖИН							
	Макаронные изделия отварные с маслом	200	5,08	2,78	65,55	307,49	205/4
	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	19,68	93,76	114п/2
	Чай с сахаром	200			12,00	47,97	282/5
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	8	3	97	449	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1790	62	54	269	1805	

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

Приложение №12
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3							
ЗАВТРАК							
	Каша кукурузная молочная жидкая	180	6,74	7,60	28,30	208,53	204/5
	Бутерброды с сыром	42	5,08	7,55	12,92	139,83	3/4
	Какао с молоком	180	4,35	3,32	10,72	90,12	397/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	402	16	18	52	438	
ОБЕД							
	Горошек консервированный	50	1,55	0,10	3,25	20,10	10/0
	Суп картофельный с клецками	180	10,02	6,01	15,85	157,56	п.37/1
	Птица, тушенная в соусе с овощами	200	17,56	17,65	12,13	277,56	302/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Компот из свежих плодов	180	0,30		6,47	27,08	293/5
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	34	25	67	627	
ПОЛДНИК							
	Кондитерские изделия	40	3,00	4,72	29,96	174,32	/0
	Соки овощные или ягодные	200	0,80		10,10	43,60	399/4
	Плоды и ягоды свежие	200	0,80		15,09	63,57	368/4
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	440	5	5	55	281	
УЖИН							
	Запеканка картофельная с печенью	200	23,73	12,84	30,64	332,99	164/0
	Соус молочный	20	1,07	1,28	4,96	35,50	239/5
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	114п/2
	Чай с сахаром	200			8,00	32,01	282/5
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	27	14	58	471	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1972	82	62	233	1817	

Страница 8

Утверждено
Губернатор
Трубинского РБ

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

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4							
ЗАВТРАК							
	Каша молочная "Дружба"	200	5,99	6,87	31,50	211,73	200/5
	Бутерброды с маслом	30	1,91	3,63	14,19	97,01	1/4
	Кофейный напиток с молоком	180	3,80	5,82	16,21	132,45	395/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	410	12	16	62	441	
ОБЕД							
	Огурцы соленные	50	0,40	0,05	0,85	5,45	20/4
	Суп картофельный " Московский"	180	4,72	5,88	20,67	154,42	80/4
	Жаркое по-домашнему	200	20,17	15,51	20,89	303,89	276/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Компот из сухофруктов с витамином С	200	0,25		7,99	32,99	/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	30	22	80	641	
ПОЛДНИК							
	Пирожки печеные с печенью	70	6,99	7,49	15,51	157,24	№249/0
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	401/2
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	12	13	23	259	
УЖИН							
	Пудинг из творога паровой	200	29,75	10,79	18,53	290,00	п.126/1
	Соус молочный (сладкий)	30	0,84	1,36	5,71	38,41	351/4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	114п/2
	Чай с сахаром	180			10,00	39,99	282/5
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	34	12	54	462	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1810	88	64	219	1803	

Страница 9

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

Приложение №12
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5							
ЗАВТРАК							
	Каша пшеничная молочная жидкая	180	6,95	6,26	32,87	215,54	199/5
	Бутерброды с сыром	42	5,08	9,59	12,92	158,22	3/4
	Какао с молоком	180	3,77	4,02	11,75	98,27	397/4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	402	16	20	58	472	
ОБЕД							
	Свежие овощи	50	0,53	1,10	1,82	19,26	14/0
	Свекольник	200	3,69	13,16	12,99	185,00	58/4
	Голубцы ленивые	180	12,98	13,84	13,58	230,73	298/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Компот из сухофруктов с витамином С	180	0,50		8,40	35,62	/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	22	29	67	615	
ПОЛДНИК							
	Кондитерские изделия	40	1,92	1,12	31,08	142,08	/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	440	4	1	62	274	
УЖИН							
	Рыба, тушенная с овощами	200	24,97	12,91	5,89	239,57	247/4
	Соус сметанный натуральный	20	0,91	4,67	3,83	60,95	п.227/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	114п/2
	Чай с лимоном	200	0,23	0,03	16,89	68,67	393/4
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	28	18	41	440	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1972	70	68	228	1800	
ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД							
		18680	765	620	2348	18031	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД							
		1868	77	62	235	1803	
Содержание БЖУ в % от калорийности							
			17	31	52		

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню: