



Утверждаю:

Зав. МБДОУ № 16 г. Азова Н.П. Стрельцова

Приказ от 11.01.2022 г. № 1-Д

Примерное 10 - дневное меню для организации питания детей от 1,5 до 7 лет МБДОУ № 16 г. Азова

(составлено на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", сборника рецептов на продукцию для питания детей в ДОО (под редакцией М. П. Могильного, 2015)

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	
Пюре из фруктов (рецептура № 42)	50/50								
Пюре из фруктов (рецептура № 195)	150/200	Запеканка со свежими плодами (рецептура № 204)	160/220	Вареники ленивые (отварные) (рецептура № 224)	110/150	Пюре картофельное (рецептура № 339)	120/150	Лапшевник с творогом (рецептура № 226)	130/150
		повидло	10/20	сметана	20 / 25	Сельдь (рецептура № 83)	90/90	сметана	20/20
Пюре из фруктов (рецептура № 411)	200/200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 416)	200/200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200
Пюре из фруктов (рецептура № 3)	36/42	Бутерброд с маслом, (рецептура № 1)	28/35	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/30	Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	35/47	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/30
Второй завтрак 1 день		Второй завтрак 2 день		Второй завтрак		Второй завтрак 4 день		Второй завтрак 5 день	
	100/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	95/100

Обед 1 день		Обед 2 день		Обед 3 день		Обед 4 день		Обед 5 день	
из очанной ты тура № 21)	50 / 50	Салат из белокачанной капусты (рецептура № 21)	50/50	Салат из свеклы (рецептура № 34)	50/50	Салат из белокачанной капусты (рецептура № 21)	50/50		
с капустой и фелем тура № 63)	150 / 250	Суп картофельный с бобовыми (рецептура № 87)	150/250	Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150/250	Суп картофельный с клубниками (рецептура № 91)	150/250	Борщ летний со свеколой (рецептура № 70)	150/250
га рыбная нная тура № 271)	70 / 80	Плов из птицы (рецептура № 321)	160/200	Котлета рубленая (рецептура № 298)	60/70	Тефтели (рецептура № 303) Соус томатный с овощами (рецептура №331)	70/80 20 / 20	Говядина с тушеной капустой(рецептура № 371)	170/200
о- каша ая вязкая тура № 331)	120 / 150			гарнир – пюре картофельное (рецептура 339)	120/150	гарнир каша пшенная вязкая (рецептура № 331)	100/130		
т 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
шеничный	30 / 40	Хлеб пшеничный	40/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40
жаной	40 / 50	Хлеб ржаной	40/40	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50

Полдник 1 день		Полдник 2 день		Полдник 3 день		Полдник 4 день		Полдник 5 день	
Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150	Ряженка (рецептура № 420)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135 / 1 50
Кондитерское изделие	10/15	Булочка домашняя (рецептура № 452)	70/70	Кондитерское изделие	8 / 15	Кондитерское изделие	10 / 15	Кондитерское изделие	10 / 15
Свежие фрукты	95 / 88	Свежие фрукты	95 / 79	Свежие фрукты	70 / 60	Свежие фрукты	95 / 88	Свежие фрукты	95 / 88
Ужин 1 день		Ужин 2 день		Ужин 3 день		Ужин 4 день		Ужин 5 день	
Яйцо варёное (рецептура № 227)	35/35	Кондитерское изделие	10/15	Салат из белокочанной капусты (рецептура № 21)	70/50	Яйцо варёное (рецептура № 227)	35 / 35	Салат из зеленого горошка консервированного (рецептура № 10)	50/50
Картофельная пюре (рецептура № 55)	160/200	Каша пшеничная молочная жидкая (рецептура № 199)	200 / 250	Омлет с сыром (рецептура № 230)	150/190	Суп молочный с макаронными изделиями (рецептура № 100)	200 / 250	Запеканка картофельная с печенью (рецептура 308) Соус томатный с овощами (рецептура № 349)	180 / 200 20 / 20
Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 412)	200/200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 416)	1 200/200
Хлеб пшеничный	10/20			Хлеб пшеничный	10/20			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			Завтрак 7 день			Завтрак 8 день			Завтрак 9 день			Завтрак 10 день		
из моркови тура № 42)	50/50		Яйцо вареное (рецептура № 227)	35/35		Сырники из творога (рецептура № 245)	110/150		Картофель отварной (рецептура № 336)	120/150		Запеканка из творога с рисом (рецептура № 250)	130/155	
ассыпчатая ая с фруктами тура № 181)	150 / 180		Икра кабачковая консервированная (рецептура № 57)	150/180		сметана	20/20		Рыба отварная (рецептура № 256)	90/90		сметана	20/20	
ахаром тура № 411)	200/200		Какао с молоком (рецептура № 416)	150/250		Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/250		Чай с сахаром (рецептура № 411)	150/200		Какао с молоком (рецептура № 416)	200/200	
род с сыром тура № 3)	36/47		Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/40		Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/30		Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	35/48		Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/30	
Второй завтрак 6 день			Второй завтрак 7 день			Второй завтрак 8 день			Второй завтрак 9 день			Второй завтрак 10 день		
и 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	
Салат из белокочанной капусты (рецептура № 21)	50/50	Салат из соленых огурцов с луком (рецептура № 20)	50/50	Салат из белокочанной капусты (рецептура № 21)	50/50			Салат из белокочанной капусты (рецептура № 21)	50/50
Картофельный суп с макаронными изделиями (рецептура № 87)	150/250	Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150/250	Суп картофельный с макаронными изделиями (рецептура № 88)	150/250	Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150 / 250	Рассольник на мясном бульоне (рецептура № 80)	150/250
Макаронная запеканка (рецептура № 259)	70 / 80	Макаронник с печенью (рецептура № 309)	160 / 210	Котлета рубленая из кур (рецептура № 324)	60/70	Плов из мяса (рецептура № 295)	295/200	Бефстроганов из отварного мяса (рецептура № 294)	50 70
Каша овсяная (рецептура № 331)	100/130			гарнир - пюре картофельное (рецептура № 339)	120/150			гарнир - пюре картофельное (рецептура № 339)	120/150
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 № 390)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200
Хлеб пшеничный	35/39	Хлеб пшеничный	30/45	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	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 № 645)	135/150	Ряженка (рецептура № 645)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 645)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 645)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 645)	135/150
Кондитерское изделие	10/15	Кондитерское изделие	10 15	Кондитерское изделие	10/20	Булочка домашняя (рецептура 452)	70/70	Кондитерское изделие	10/20

е фрукты	95 / 88	Свежие фрукты	95/ 88	Свежие фрукты	95/ 75	Свежие фрукты	95/ 88	Свежие фрукты	60/ 60
Ужин 6 день		Ужин 7 день		Ужин 8 день		Ужин 9 день		Ужин 10 день	
инки тура № 430)	180/250	Рагу из овощей (рецептура № 148)	200/220	Салат из свеклы с зеленым горошком (рецептура № 35)	50/50	Кондитерское изделие	10 / 15	Котлета капустная(рецептура №155)	170 / 180
ло	10 / 20			Омлет натуральный (рецептура № 229)	180/180	Каша овсяная молочная жидкая (рецептура № 199)	200/250	Соус томатный с овощами (рецептура №349)	20 / 20
ный напиток с м ура № 414)	200/200	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 416)	200/200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 637)	200/200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200
		Хлеб пшеничный	10/25	Хлеб пшеничный	10/25				

СаНПиН 2.4.1.3049-13

15.18.2. Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

Стрельцова
Наталья
Петровна

Подписан: Стрельцова Наталья Петровна
DN: ИИН=614002810995, СНИПС=03672905568,
E=mbov_16_azov@mail.ru, C=RU, S=Ростовская область,
L=Азов, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 16 Г.
АЗОВА, G=Наталья Петровна, SN=Стрельцова,
OID.1.2.840.113549.1.9.2=1.2.643.3.61.1.1.6.502710.3.4.2.1,
CN=Стрельцова Наталья Петровна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2021.02.19 12:03:02+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1