

МЕНЮ

Российская федерация
Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение
детский сад
общеразвивающего вида № 1
с приоритетным осуществлением
деятельности по
художественно-эстетическому направлению

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ ДС № 1

О.Н. Тактаева
«01» июня 2026 г.



(летне - осенний период)

Дети с 1,5 до 3х лет



Меню приготавливаемых блюд.

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.
Сезон летне - осенний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур		
			Белки	Жиры	Углеводы				
День 1 (понеделник).									
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл									
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями маслом сливочным.	130	5,12	5,84	16,50	139,5	120		
	Батон нарезной Витаминиз. каротином с повидлом.	30	2,25	0,87	15,24	78,6	8		
	Чай с молоком сахаром.	150	1,71	1,66	10,46	63,41	378		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		320	9,08	8,37	42,20	281,51			
10:00	Сок фруктовый.	200	0,82	0,16	26,20	110	389		
	Или нарезка из фруктов.	95	1,42	0,48	19,95	91,2	8		
ИТОГО ЗА 10:00		200	0,82	1,42	26,20	110	91,2		
ОБЕД	Суп "Снежок" на мясном бульоне со сметаной.	150	7,24	12,46	14,96	214,07	101		
	Каша гороховая с маслом сливочным.	110	9,28	3,15	22,34	156,72	137		
	Шницель из мяса свинины.	60	7,03	5,73	5,11	99,38	162		
	Чай с сахаром.	150	0,20	0,00	8,01	32,22	376		
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек-8).	20	1,32	0,18	7,60	39,8	1		
Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2			
ИТОГО ЗА ОБЕД		510	26,39	21,76	64,70	576,99			
ПОЛДНИК	Булочка "Дорожная" с посыпкой.	80	5,42	11,17	41,71	289,6	470		
	Кофейный напиток с молоком.	150	2,75	3,02	11,38	83,03	379		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		230	8,17	14,19	53,09	372,63			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1260	1155	44,46	45,06	186,19	179,94	1341,13	1322,33

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.
Сезон летне - осенний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
День 2 (вторник).							
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная с маслом сливочным.	130	7,24	7,61	25,92	201,15	183
	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8 с сыром.	30 10	3,78	2,80	7,60	67,6	14
	Компот из изюма.	150	0,43	0,09	17,87	69,89	348
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		320	11,45	10,50	51,39	338,64	
10:00	Сок фруктовый.	200	0,82	0,16	26,20	110	389
	Или нарезка из фруктов.	95	1,42	0,48	19,95	91,2	8
	ИТОГО ЗА 10:00	200 95	0,82 1,42	0,16 0,48	26,20 19,95	110 91,2	
ИТОГО ЗА 10:00							
ОБЕД	Суп с домашней лапшой на мясном бульоне.	150	11,39	3,62	19,51	157,48	217
	Каша рисовая рассыпчатая.	110	3,40	2,40	28,07	147,7	304
	Тефтели из мяса свинины в томатном соусе.	60	13,16	27,00	12,43	377,14	278
	Компот из сухофруктов.	150	0,05	0,00	10,58	40,3	349
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек-8).	20	1,32	0,18	7,60	39,8	1
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		510	30,64	33,44	84,87	797,22	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога с молоком сгущенным.	105 20	17,91	13,81	19,79	273,62	223
	Чай с сахаром.	150	0,20	0,00	8,01	32,22	379
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	275	18,11	13,81	27,80	305,84	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1305 1200	61,02 61,62	57,91 58,23	190,26 184,01	1551,7 1532,9	

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры				
			Белки	Жиры	Углеводы						
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл											
День 3 (среда).											
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным.	130	6,46	6,36	23,82	178,95	45				
	Батон нарезной Витамины. с маслом сливочным.	30	7,6	0,75	1,70	166,65	8				
	Какао с молоком.	150	3,04	3,15	11,59	86,49	382				
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК											
10:00	Сок фруктовый.	200	0,82	0,16	26,20	110	389				
	Или нарезка из фруктов.	95	1,42	0,48	19,95	91,2	8				
ИТОГО ЗА 10:00											
ОБЕД	Нарезка из свежих огурцов и помидоров.	40	0,35	0,08	1,68	8,48	72				
	Борщ на мясном бульоне со сметаной.	150	7,06	10,33	18,36	206,19	27				
	Пюре картофельное с маслом сливочным.	110	3,53	3,65	24,76	146,44	8				
	Зраза рыбная с яйцом.	60	13,31	4,78	4,12	113,99	226				
	Напиток ягодный.	150	0,14	0,04	10,89	43,47	345				
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	20	1,32	0,18	7,60	39,8	1				
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2				
	ИТОГО ЗА ОБЕД										
ПОЛДНИК	Омлет натуральный запеченный с маслом сливочным.	130	7,89	10,01	3,60	136,55	210				
	Компот из яблок.	150	0,04	0,04	7,96	31,24	340				
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	15	1,32	0,24	6,68	34,8	2				
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК											
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:											
		1212	1107	47,22	47,82	39,97	40,29	144,75	138,5	1294,38	1275,58

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур			
			Белки	Жиры	Углеводы					
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл										
День 4 (четверг).										
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой (рис) с маслом сливочным.	130	6,48	7,25	21,22	147,4	121			
	Хлеб пшеничный витамин. Валитек -8 с повидлом.	30 10	1,98	0,27	11,40	59,7	1/3			
	Кофейный напиток с молоком.	150	2,75	3,02	11,38	83,03	379			
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК										
10:00	Сок фруктовый.	200	0,82	0,16	26,20	110	389			
	Или нарезка из фруктов.	95	1,42	0,48	19,95	91,2	8			
ИТОГО ЗА 10:00										
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками со сметаной.	180	8,96	15,37	18,50	266,71	104			
	Макаронные изделия отварные с масл.сливоч.	110	5,11	2,17	31,36	165,24	203/1			
	Суфле из мяса свинины.	60	19,09	7,82	2,59	157,36	299			
	Соус красный основной.	30	0,60	2,15	3,36	35,58	331			
	Кисель.	150	0,00	0,00	13,50	46,5	20			
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек-8).	20	1,32	0,18	7,60	39,8	1			
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2			
	ИТОГО ЗА ОБЕД									
ПОЛДНИК	Пирожок с картошкой.	60	13,87	19,05	80,48	254,59	406			
	Чай с сахаром.	150	0,20	0,00	8,01	32,22	376			
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК										
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:										
		1310 1205	62,44	63,04	57,65	57,97	242,39	236,14	1432,45	1413,65

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
День 5 (пятница).							
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая с маслом сливочным	130	6,12	5,90	23,57	172,26	23
	Батон нарезной витаминиз. каротином с сыром.	30	4,85	3,52	15,77	114,16	9
	Чай с молоком сахаром.	150	2,38	2,39	11,54	77,22	378
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК							
10:00	Сок фруктовый.	200	0,82	0,16	26,20	110	389
	Или нарезка из фруктов.	95	1,42	0,48	19,95	91,2	8
ИТОГО ЗА 10:00							
ОБЕД	Нарезка из свежих огурцов и помидоров.	40	0,35	0,08	1,68	8,48	72
	Суп "Уха" с рыбной консервой.	150	4,24	5,20	20,24	112,8	67
	Каша гречневая рассыпчатая.	110	5,06	2,56	22,87	134,53	65
	Печень куриная по - строгановски.	60	7,21	10,01	1,79	125	24
	Компот из изюма.	150	0,34	0,13	18,05	71,41	343
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек-8).	20	1,32	0,18	7,60	39,8	1
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2
	ИТОГО ЗА ОБЕД						
ПОЛДНИК	Суп манный молочный с маслом сливочным.	130	3,98	5,08	12,95	113,97	121
	Гренки из батона.	15	1,32	0,18	7,60	39,8	16
	Какао с молоком.	150	3,04	5,17	15,54	118,22	382
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК							
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
		1365	42,35	40,80	192,08	1272,45	1253,65
		1260	42,95	41,12	185,83	1253,65	
		295	8,34	10,43	36,09	271,99	

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры					
			Белки	Жиры	Углеводы							
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл												
День 6 (понедельник)												
	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным.	130	5,99	6,93	22,54	176,42	173					
	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8 с маслом сливочным.	30	7	4,57	11,52	99,32	1/14					
	Кисель.	150	0,00	0,00	6,95	26,91	358					
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			8,06	11,50	41,01	302,65						
10:00	Сок фруктовый.	200	0,82	0,16	26,20	110	389					
	Или нарезка из фруктов.	95	1,42	0,48	19,95	91,2	8					
ИТОГО ЗА 10:00			0,82	0,16	26,20	110	91,2					
ОБЕД												
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне.	150	6,84	9,91	21,73	214,43	103					
	Каша рисовая рассыпчатая.	110	3,40	2,40	28,07	147,7	304					
	Гуляш из мяса свинины.	60	4,50	5,70	1,85	123,6	35					
	Напиток ягодный.	150	0,14	0,04	10,89	43,47	345					
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	20	1,32	0,18	7,60	39,8	1					
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2					
ИТОГО ЗА ОБЕД			17,52	18,47	76,82	603,8						
ПОЛДНИК	Ватрушка с повидлом.	80	4,16	3,84	46,62	226,98	511					
	Чай с сахаром.	150	0,20	0,00	8,01	32,22	376					
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			4,36	3,84	54,63	259,2						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1257	1152	30,76	31,36	33,97	34,29	198,66	192,41	1275,65	1256,85

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры				
			Белки	Жиры	Углеводы						
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл											
День 7 (вторник).											
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой (пшено) с масл. сливоч..	130	3,98	5,08	12,95	113,97	128				
	Батон нарезной Витаминиз. каротином с повидлом.	30 10	6,14	7	19,8	167,4	8				
	Чай с молоком сахаром.	150	2,38	2,39	11,54	77,22	378				
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК											
10:00	Сок фруктовый.	200	0,82	0,16	26,20	110	389				
	Или нарезка из фруктов.	95	1,42	0,48	19,95	91,2	8				
		200	0,82	0,16	26,20	110	389				
ИТОГО ЗА 10:00											
ОБЕД	Суп гороховый на мясном бульоне.	150	8,57	9,99	21,49	220,93	102				
	Пюре картофельное с маслом сливочным.	110	3,53	3,65	24,76	146,44	8				
	Голубцы ленивые тушеные в томатном соусе.	60	4,11	3,18	2,99	56,88	71				
	Компот из сухофруктов.	150	0,04	0,00	10,15	38,63	349				
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек- 8).	20	1,32	0,18	7,60	39,8	1				
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2				
ИТОГО ЗА ОБЕД											
ПОЛДНИК	Вареники ленивые из творога с молоком сгущенным.	105 20	19,01	13,77	26,62	306,75	55				
	Кофейный напиток с молоком	150	2,75	3,02	11,38	83,03	379				
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК											
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:											
		1285	1180	52,65	53,25	48,48	48,80	174,56	168,31	1356,05	1337,25

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры					
			Белки	Жиры	Углеводы							
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл												
День 8 (среда).												
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	130	5,54	6,2	22,84	169,96	174					
	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек -8 с сыром.	30 10	3,78	2,80	7,60	67,6	14					
	Напиток ягодный.	150	0,14	0,04	10,89	43,47	345					
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК												
10:00	Сок фруктовый.	200	0,82	0,16	41,33	281,03						
	Или нарезка из фруктов.	95	1,42	0,48	26,2	110	389					
ИТОГО ЗА 10:00												
ОБЕД	Нарезка из свежих огурцов и помидоров.	40	0,35	0,08	1,68	8,48	72					
	Щи на мясном бульоне со сметаной.	150	8,73	3,44	15,98	130,84	88					
	Каша гречневая рассыпчатая.	110	5,06	2,56	22,87	134,53	65					
	Бифштекс из мяса свинины.	60	11,38	23,95	3,97	305,6	274					
	Соус красный основной.	30	0,60	2,15	3,36	35,58	331					
	Чай с сахаром.	150	0,20	0,00	8,01	32,22	379					
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек-8).	20	1,32	0,18	7,60	39,8	1					
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2					
	ИТОГО ЗА ОБЕД											
	ПОЛДНИК	Макароны отварные запеченные с сыром.	130 10	8,45	8,04	28,40	219,39	85				
Какао с молоком.		150	3,04	3,15	11,59	86,49	382					
Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).		15	1,32	0,24	6,68	34,8	2					
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК												
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:												
		1385	1280	50,73	51,33	52,99	53,31	177,67	171,42	1418,76	1399,96	

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9 (четверг). Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	130	6,02	5,28	22,65	159	68
	Батон нарезной Витаминиз. каротином с повидлом.	30	3,00	1,60	20,56	104,8	11
	Чай с сахаром.	150	0,20	0,00	8,01	32,22	376
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК							
10:00		200	9,22	6,88	51,22	296,02	
	Сок фруктовый.	200	0,82	0,16	26,2	110	389
	Или нарезка из фруктов.	95	1,42	0,48	19,95	91,2	8
ИТОГО ЗА 10:00							
		200	0,82	1,42	26,2	110	91,2
	Суп рассольник на мясном бульоне со сметаной.	150	1,25	3,30	8,25	69,8	94
	Картофель тушеный с мясом свинины.	150	8,36	14,22	19,37	256,2	259
	Напиток из кураги.	150	0,43	0,09	17,87	69,89	10
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек-8).	20	1,32	0,18	7,60	39,8	1
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2
ИТОГО ЗА ОБЕД							
ПОЛДНИК		340	11,43	14,73	51,52	400,69	
	Пирожок с капустой.	80	5,87	6,28	38,93	283,33	407
	Компот из яблок.	150	0,04	0,04	7,96	31,24	340
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК							
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		230	5,87	6,28	38,93	283,33	
		1090	27,34	27,94	167,87	1090,04	1071,24

Возрастная категория: с 1.5 до 3х лет.

Сезон летне - осенний.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры			
			Белки	Жиры	Углеводы					
Вода питьевая детская (на весь день не менее), 300мл										
День 10 (пятница)										
ЗАВТРАК	Каша манная молочная с маслом сливочным.	130	5,36	5,04	23,45	160,89	175			
	Хлеб пшеничный витаминизированный Валитек - 8 с маслом сливочным.	307	2,07	4,57	11,52	99,32	1/14			
	Кофейный напиток с молоком	150	2,75	3,02	11,38	83,03	379			
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК										
10:00	Сок фруктовый.	200	0,82	0,16	26,2	110	389			
	Или нарезка из фруктов.	95	1,42	0,48	19,95	91,2	8			
ИТОГО ЗА 10:00										
ОБЕД	Нарезка из свежих огурцов и помидоров.	40	0,35	0,08	1,68	8,48	72			
	Свекольник на мясном бульоне со сметаной.	150	6,3	10,3	17,62	199,33	34			
	Макаронные изделия отварные с масл.сливоч.	110	5,11	2,17	31,36	165,24	203			
	Котлета рыбная	60	14,51	7,10	15,88	188,4	7			
	Соус красный основной.	30	0,65	2,05	3,46	35,21	331			
	Витаминизированный напиток "Витошка"	150	0,00	0,00	19,40	75	353			
	Хлеб пшеничный витаминизированный (Валитек - 8).	20	1,32	0,18	7,60	39,8	1			
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2			
	ИТОГО ЗА ОБЕД									
			580	29,56	22,12	103,68	746,26			
ПОЛДНИК	Омлет натуральный запеченный с маслом сливочным.	130	7,89	10,01	3,60	136,55	210			
	Чай с молоком сахаром	150	2,38	2,39	11,54	77,22	378			
	Хлеб ржаной витаминизированный (Валитек - 8).	15	1,32	0,24	6,68	34,8	2			
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК										
		295	11,59	12,64	21,82	248,57				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ: -										
		1392	1287	52,15	47,55	47,87	198,05	191,80	1448,07	1429,27

Согласовано:

Руководитель учреждения:

Калькулятор:

Медицинская сестра:

Повар:

Повар:

Тактаева О.Н.

Мисюрин С.М.

Саар В.Н.

Антонова О.А.

Абросова О.А.

