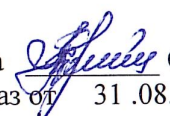


Утверждаю:
Зав. МБДОУ № 18 г. Азова  О. Ю. Харламова
Приказ от 31.08.2026 г. № 42

Примерное 10 - дневное меню для организации питания детей МБДОУ № 18 г. Азова
(Составлено на основании СанПин 2.3/2.4.4282-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения")

Понедельник 1 день			Вторник 2 день			Среда 3 день			Четверг 4 день			Пятница 5 день		
Наименование блюда	Выход		Наименование блюда	Выход		Наименование блюда	Выход		Наименование блюда	Выход		Наименование блюда	Выход	
	Ранний возраст	Сад		Ранний возраст	Сад		Ранний возраст	Сад		Ранний возраст	Сад		Ранний возраст	Сад
Завтрак 1 день			Завтрак 2 день			Завтрак 3 день			Завтрак 4 день			Завтрак 5 день		
Каша с фруктами (рецептура № 195)	150	180	Каша молочная пшениная жидкая (рецептура № 199)	150	200	Лапшевник с творогом (рецептура № 226)	120	160	Пюре картофельное (рецептура № 339)	120	150	Вареники ленивые (отварные) (рецептура № 224)	110	150
Чай с сахаром (рецептура № 411)	180	200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	180	200	сметана	20	20	Сельдь (рецептура № 83)	40	50	сметана	20	25
Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	30	40	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28	30	Какао с молоком (рецептура № 416)	200	200	Чай с сахаром (рецептура № 411)	180	200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	180	200
						Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28	35	Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	36	46	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28	30
Итого за завтрак	346	401		338	410		348	390		356	421		318	385
Второй завтрак 1 день			Второй завтрак 2 день			Второй завтрак			Второй завтрак 4 день			Второй завтрак 5 день		
Сок	100	100	Сок	100	100	Сок	100	100	Сок	100	100	Сок	100	100

Итого за второй завтрак	100	100		100	100		100	100		100	100		100	100
Обед 1 день			Обед 2 день			Обед 3 день			Обед 4 день			Обед 5 день		
Салат из овощей (рецептура № по сезону)	40	50	Салат из овощей (рецептура № по сезону)	40	50	Салат из овощей (рецептура № по сезону)	40	50	Салат из овощей (рецептура № по сезону)	40	50			
Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150	180	Суп картофельный с бобовыми (рецептура № 87)	150	180	Борщ летний со свеклой (рецептура № 70)	150	180	Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150	180	Суп картофельный с клецками (рецептура № 91)	150	180
Котлета рубленая (рецептура № 298)	50	60	Зразы манные с мясом (рецептура № 218)	160	220	Плов из птицы (рецептура № 321)	160	200	Оладьи из печени (рецептура № 425)	80	100	Свинина тушеная с капустой (рецептура № 372)	160	200
Гарнир - каша крупяная вязкая (рецептура № 331)	100	130							Гарнир - каша крупяная вязкая (рецептура № 331)	80	100			
Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150	180	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150	180	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150	180	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150	180	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150	180
Хлеб пшеничный	30	40	Хлеб пшеничный	40	40	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
Итого за обед	490	600		500	630		500	610		500	610		460	560

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 (кефир) (рецептура № 420)	135	150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135	150
Кондитерское изделие	15	25	Кондитерское изделие	15	25	Булочка домашняя (рецептура 452)	50	70	Кондитерское изделие	15	25	Кондитерское изделие	15	25
Свежие фрукты	60	70	Свежие фрукты	95	100	Свежие фрукты	95	100	Свежие фрукты	95	100	Свежие фрукты	95	100
Итого за полдник	210	245		245	275		280	320		245	275		245	275
Ужин 1 день			Ужин 2 день			Ужин 3 день			Ужин 4 день			Ужин 5 день		
Яйцо варёное (рецептура № 227)	35	35	Рыба припущенная (рецептура № 259)	50	60	Салат из овощей (рецептура № по сезону)	50	50	Яйцо вареное (рецептура № 227)	35	35	Салат из овощей (рецептура № по сезону)	40	50
Икра свекольная (рецептура №55)	160	200	гарнир – картофель отварной (рецептура 336)	110	150	Омлет с сыром (рецептура № 230)	150	180	Суп молочный с макаронными изделиями (рецептура № 100)	150	200	Каша молочная жидкая (рецептура № 199)	150	200
Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200	200	Какао с молоком (рецептура № 416)	200	200	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200	200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200	200	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200	200
Хлеб пшеничный	16	21	Хлеб пшеничный	15	20	Хлеб пшеничный	20	20	Хлеб пшеничный	15	15	Хлеб пшеничный	10	20

Итого за ужин	395	435		360	410		400	430		385	435		390	450
Понедельник 6 день			Вторник 7 день			Среда 8 день			Четверг 9 день			Пятница 10 день		
Наименование блюда	Выход		Наименование блюда	Выход		Наименование блюда	Выход		Наименование блюда	Выход		Наименование блюда	Выход	
	Ранний возраст	Сад		Ранний возраст	Сад		Ранний возраст	Сад		Ранний возраст	Сад		Ранний возраст	Сад
Завтрак 6 день			Завтрак 7 день			Завтрак 8 день			Завтрак 9 день			Завтрак 10 день		
Каша рассыпчатая пшениная с фруктами (рецептура № 181)	130	180	Яйцо вареное (рецептура № 227)	35	35	Сырники из творога (рецептура № 245)	110	150	Картофель отварной (рецептура № 336)	110	150	Запеканка из творога с рисом (рецептура № 250)	120	150
Чай с сахаром (рецептура № 411)	180	200	Каша молочная жидкая манная (рецептура № 199)	150	180	сметана	20	27	Рыба отварная (рецептура № 256)	50	60	сметана	25	28
Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	36	47	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	180	200	Какао с молоком (рецептура № 642)	180	200	Чай с сахаром (рецептура № 411)	180	200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	180	200
			Бутерброд с маслом (рецептура № 3)	28	40	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28	30	Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	36	48	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28	30
Итого за завтрак	326	406		373	425		318	387		356	436		333	388
Второй завтрак 6 день			Второй завтрак 7 день			Второй завтрак 8 день			Второй завтрак 9 день			Второй завтрак 10 день		
Сок	100	100	Сок	100	100	Сок	100	100	Сок	100	100	Сок	100	100

Итого за второй завтрак	100	1000		100	100		100	100		100	100		100	100
Обед 6 день			Обед 7 день			Обед 8 день			Обед 9 день			Обед 10 день		
Салат из овощей (рецептура № по сезону)	40	50	Салат из овощей (рецептура № по сезону)	40	50	Салат из овощей (рецептура № по сезону)	40	50	Салат из овощей (рецептура № по сезону)	40	50			
Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150	180	Суп картофельный с бобовыми (рецептура № 87)	150	180	Суп картофельный с макаронными изделиями (рецептура № 88)	150	180	Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150	180	Рассольник на мясном бульоне (рецептура № 80)	150	180
Плов из мяса (рецептура № 295)	150	200	Котлета рыбная запеченная (рецептура № 271)	55	70	Котлета рубленая из кур (рецептура № 324)	60	70	Сердце говяжье тушеное в соусе (рецептура № 262)	100	120	Голубцы ленивые (рецептура № 294)	150	200
									Соус томатный с овощами (рецептура № 349)	20	20			
			гарнир – пюре картофельное (рецептура 339)	110	120	гарнир – каша вязкая крупяная (рецептура № 331)	100	120	Гарнир - макаронные изделия отварные с маслом (рецептура № 335)	100	110			
Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150	180	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150	180	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150	180	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150	180	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150	200
Хлеб пшеничный	35	40	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
Итого за обед	490	610		505	600		500	600		560	660		450	580
Полдник 6 день			Полдник 7 день			Полдник 8 день			Полдник 9 день			Полдник 10 день		
Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135	150	Ряженка (рецептура № 420)	135	150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135	150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135	150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135	150
Кондитерское изделие	10	20	Кондитерское изделие	10	20	Кондитерское изделие	10	20	Булочка домашняя (рецептура 452)	50	70	Кондитерское изделие	10	20
Свежие фрукты	60	70	Свежие фрукты	95	100	Свежие фрукты	95	100	Свежие фрукты	95	100	Свежие фрукты	95	100
Итого за полдник	205	240		240	270		240	270		280	320		240	270
Ужин 6 день			Ужин 7 день			Ужин 8 день			Ужин 9 день			Ужин 10 день		
						Салат из овощей (рецептура № по сезону)	50	50	Кондитерское изделие	10	10	Яйцо вареное (рецептура № 227)	35	35
Рагу из овощей (рецептура № 148)	200	220	Оладьи (рецептура № 432)	145	160	Омлет натуральный (рецептура № 229)	160	180	Каша молочная жидкая овсяная (рецептура № 199)	180	200	Гарнир – пюре картофельное (рецептура 339)	120	150
Хлеб пшеничный	20	30	Повидло	10	10							Салат из овощей (рецептура № по сезону)	40	50
Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200	200	Какао с молоком (рецептура № 416)	250	250	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200	200	Кисель из сока натурального (рецептура № 400)	200	250	Какао с молоком (рецептура № 416)	200	250

						Хлеб пшеничный	10	10	Хлеб пшеничный	10	25	Хлеб пшеничный	10	20
Итого за ужин	400	420		405	420		410	430		390	460		395	485
				Суммарные объемы блюд по приемам пищи СанПин 2.3/2.4.4282- 26			Суммарные объемы блюд по приемам пищи СанПин 2.3/2.4.4282- 26			Суммарные объемы блюд по приемам пищи СанПин 2.3/2.4.4282- 26		Суммарные объемы блюд по приемам пищи СанПин 2.3/2.4.4282- 26		
Среднее значение за период (10 дней)														
Ранний возраст	Завтрак Второй завтрак		350 100	341	Обед	450	495	Полдник		200	243	Ужин	400	393
Сад	Завтрак Второй завтрак		400 100	405	Обед	600	606	Полдник		250	276	Ужин	450	438

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 194817133887330908750860259226673959162107159730

Владелец Харламова Оксана Юрьевна

Действителен с 28.04.2026 по 28.04.2027