

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ ДС № 24  
Ст. Ставропольской  
МО Северский район  
Приказ № 36 от 12.03.2025г.



Н.А. Купрейшвили

И.С. Новик Заместитель  
заведующего по ХР

## ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) 10 - ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ЛЕТНЕ - ОСЕННИЙ ПЕРИОД

Возрастная категория: от 1,6 – 3-х лет  
от 3-х до 7-ми лет

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 24 станицы Ставропольской  
муниципального образования Северский район

Ст. Ставропольская 2025г.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]



[illegible]

| Прием пищи            | Наименование блюда             | Выход блюда |      | Пищевые вещества (г) |       |       |       |        |       | Энергетическая<br>ценность (ккал) |         | №<br>рецептур<br>ы |
|-----------------------|--------------------------------|-------------|------|----------------------|-------|-------|-------|--------|-------|-----------------------------------|---------|--------------------|
|                       |                                | 1.5-3г      | 3-7л | Б                    |       | Ж     |       | У      |       | 1,5-3                             | 3-7л    |                    |
|                       |                                |             |      | 1,5-3                | 3-7л  | 1,5-3 | 3-7л  | 1,5-3  | 3-7л  |                                   |         |                    |
| ДЕНЬ 9                |                                |             |      |                      |       |       |       |        |       |                                   |         |                    |
| ЗАВТРАК               | вермишель молочная             | 160         | 180  | 3.3                  | 4.4   | 6.1   | 8.2   | 11.9   | 15.9  | 91                                | 121     | 44                 |
|                       | чай с сахаром                  | 160         | 180  |                      |       |       |       | 10.3   | 13.5  | 45                                | 55      | 1091               |
|                       | хлеб пшеничный                 | 30          | 40   | 2.43                 | 2.43  | 0.4   | 0.4   | 12.6   | 12.6  | 42                                | 51      | 111                |
|                       | масло                          | 5           | 10   | 2.9                  | 3.8   | 8.1   | 8.8   | 13.1   | 13.9  | 695                               | 748     | 38                 |
| итого за<br>завтрак   |                                | 355         | 410  |                      |       |       |       |        |       |                                   |         |                    |
|                       |                                |             |      |                      |       |       |       |        |       |                                   |         |                    |
| 2й ЗАВТРАК            | сок                            | 150         | 180  | 1                    | 1     | 0.2   | 0.2   | 20.2   | 20.2  | 92                                | 92      | 398                |
| итого за 2<br>завтрак |                                | 150         | 180  |                      |       |       |       |        |       |                                   |         |                    |
| ОБЕД                  | Помидоры свежие                | 50          | 60   | 0.61                 | 0.61  | 4.87  | 4.87  | 1.9    | 1.9   | 53.84                             | 53.84   | 9                  |
|                       | суп рисовый                    | 150         | 180  | 4.5                  | 5.8   | 4.3   | 5.3   | 24.4   | 25.5  | 112                               | 145     | 219                |
|                       | гуляш из птицы                 | 60          | 70   | 23.31                | 25.9  | 8.01  | 8.9   | 20.16  | 22.4  | 161.43                            | 299     | 294                |
|                       | макароны отварные              | 110         | 130  | 0.43                 | 0.52  | 0.09  | 0.1   | 2.51   | 2.64  | 106                               | 132     | 492                |
|                       | Компот из фруктов              | 150         | 180  | 0.9                  | 1.3   | 0     | 0     | 19.2   | 23.7  | 82                                | 97      | 198                |
|                       | Хлеб пшеничный                 | 30          | 40   | 2.4                  | 2.45  | 7.4   | 7.55  | 14.5   | 14.62 | 42                                | 51      | 111                |
|                       | Хлеб ржаной                    | 40          | 50   | 2.1                  | 2.2   | 7.1   | 7.2   | 14.1   | 14.2  | 30                                | 40      | 110                |
| итого за обед         |                                | 590         | 710  |                      |       |       |       |        |       |                                   |         |                    |
| ПОЛДНИК               | Булочка с сгущенным<br>молоком | 50          | 60   | 3.7                  | 3.9   | 3.1   | 3.3   | 24.1   | 25.2  | 137                               | 146.7   | 1061               |
|                       | кисломолочный продукт          | 150         | 180  | 4.23                 | 5.08  | 4.67  | 5.6   | 5.84   | 7     | 86.14                             | 103.25  | 63                 |
|                       | яблоки                         | 95          | 100  | 0.3                  | 0.32  | 0.3   | 0.32  | 7.74   | 7.84  | 34.3                              | 35.2    | 114                |
| итого за<br>полдник   |                                | 295         | 340  |                      |       |       |       |        |       |                                   |         |                    |
|                       |                                |             |      |                      |       |       |       |        |       |                                   |         |                    |
| Итого за день         |                                | 1035        | 1230 | 52.11                | 59.71 | 54.64 | 60.74 | 202.55 | 221.1 | 1809.7                            | 2169.99 |                    |

| Прием<br>пищи         | Наименование блюда               | Выход блюда |         | Пищевые вещества (г) |       |       |       |        |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) |        | №<br>рецептур<br>ы |
|-----------------------|----------------------------------|-------------|---------|----------------------|-------|-------|-------|--------|--------|-----------------------------------|--------|--------------------|
|                       |                                  | 1.5-3г      | 3-7л    | Б                    |       | Ж     |       | У      |        | 1,5-3                             | 3-7л   |                    |
|                       |                                  |             |         | 1,5-3                | 3-7л  | 1,5-3 | 3-7л  | 1,5-3  | 3-7л   |                                   |        |                    |
| ДЕНЬ 10               |                                  |             |         |                      |       |       |       |        |        |                                   |        |                    |
| ЗАВТРАК               | каша пшенная молочная            | 160         | 180     | 5.5                  | 7.3   | 6.7   | 9     | 25.3   | 33.7   | 184                               | 245    | <u>133</u>         |
|                       | чай с молоком                    | 150         | 180     | 2.65                 | 2.67  | 2.33  | 2.34  | 2.34   | 2.35   | 41.2                              | 42.2   | <u>261</u>         |
|                       | хлеб с маслом, сыром             | 30*5*10     | 40*5*15 | 3.2                  | 4     | 7.68  | 9.6   | 11.84  | 14.6   | 108.8                             | 136    | <u>3*3</u>         |
| итого за<br>завтрак   |                                  | 355         | 420     |                      |       |       |       |        |        |                                   |        |                    |
|                       |                                  |             |         |                      |       |       |       |        |        |                                   |        |                    |
| 2й ЗАВТРАК            | яблоки                           | 100         | 100     | 0.3                  | 0.32  | 0.3   | 0.32  | 7.74   | 7.84   | 34.3                              | 35.2   | <u>114</u>         |
| итого за 2<br>завтрак |                                  | 100         | 100     |                      |       |       |       |        |        |                                   |        |                    |
| ОБЕД                  | салат из свеклы                  | 40          | 60      | 0.56                 | 0.71  | 2.43  | 3.04  | 3.34   | 4.18   | 37.56                             | 46.95  | <u>339</u>         |
|                       | суп картофельный с<br>вермишелью | 150         | 180     | 0.99                 | 1.34  | 1.79  | 2.82  | 8.54   | 9.16   | 52.63                             | 56.8   | <u>223</u>         |
|                       | рыба с овощами                   | 50          | 70      | 10.2                 | 11.9  | 9.6   | 10.4  | 5.8    | 6.7    | 150                               | 170    | <u>1633</u>        |
|                       | пюре картофельное                | 110         | 130     | 6.99                 | 8.59  | 0.6   | 0.9   | 16.54  | 19.81  | 138                               | 143    | <u>402</u>         |
|                       | Компот из сухофруктов            | 150         | 180     | 0.9                  | 1.3   | 0     | 0     | 19.2   | 23.7   | 82                                | 97     | <u>198</u>         |
|                       | Хлеб пшеничный                   | 30          | 40      | 2.4                  | 2.45  | 7.4   | 7.55  | 14.5   | 14.62  | 42                                | 51     | <u>111</u>         |
|                       | Хлеб ржаной                      | 40          | 50      | 2.1                  | 2.2   | 7.1   | 7.2   | 14.1   | 14.2   | 30                                | 40     | <u>110</u>         |
| итого за<br>обед      |                                  | 570         | 710     |                      |       |       |       |        |        |                                   |        |                    |
| ПОЛДНИК               |                                  |             |         |                      |       |       |       |        |        |                                   |        |                    |
|                       | кисломолочный продукт            | 190         | 220     | 4.23                 | 5.08  | 4.67  | 5.6   | 5.84   | 7      | 86.14                             | 103.25 | <u>63</u>          |
|                       | Кондитерские изделия             | 12          | 30      |                      |       |       |       | 13.5   | 13.5   | 55                                | 55     | <u>203</u>         |
|                       |                                  |             |         |                      |       |       |       |        |        |                                   |        |                    |
| итого за<br>полдник   |                                  | 202         | 250     |                      |       |       |       |        |        |                                   |        |                    |
|                       |                                  |             |         |                      |       |       |       |        |        |                                   |        |                    |
| Итого за день         |                                  | 872         | 1060    | 40.02                | 47.86 | 50.6  | 58.77 | 148.58 | 171.36 | 1041.6                            | 1221.4 |                    |

| ИТОГО                      | Пищевые вещества |       |        |       |         |       | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------------|------------------|-------|--------|-------|---------|-------|-----------------------------------|-----------------------------------|
|                            | Б                |       | Ж      |       | У       |       |                                   |                                   |
| Итого за 1 день            | 38.18            | 48.39 | 62.3   | 74    | 164.91  | 178.7 | 1053.75                           | 1268.71                           |
| Итого за 2 день            | 42.89            | 48.83 | 46.44  | 53.66 | 190.72  | 218   | 1056.35                           | 1219.28                           |
| Итого за 3 день            | 40.01            | 46.98 | 72.84  | 82.85 | 148.88  | 174.4 | 1126.57                           | 1336.88                           |
| Итого за 4 день            | 56.01            | 74.62 | 59.06  | 71.47 | 199.51  | 231.8 | 1155.51                           | 1476.74                           |
| Итого за 5 день            | 47.03            | 56.22 | 54.71  | 62.75 | 189.54  | 213.3 | 1224.9                            | 1437.5                            |
| Итого за 6 день            | 72.19            | 92.4  | 53.01  | 62.07 | 207.7   | 228.7 | 1281.95                           | 1476.68                           |
| Итого за 7 день            | 77.05            | 95.32 | 55.52  | 65.96 | 199.24  | 227   | 1032.23                           | 1255.02                           |
| Итого за 8 день            | 38.78            | 44.99 | 59.21  | 66.93 | 159.41  | 180.9 | 1069.72                           | 1284.84                           |
| Итого за 9 день            | 52.11            | 59.71 | 54.64  | 60.74 | 202.55  | 221.1 | 1809.71                           | 2169.99                           |
| Итого за 10 день           | 40.02            | 47.86 | 50.6   | 58.77 | 148.58  | 171.4 | 1041.63                           | 1221.4                            |
| Итого за весь период       | 504.3            | 615.3 | 568.33 | 659.2 | 1811.04 | 2045  | 11852.32                          | 14147.04                          |
| Среднее значение за период |                  |       |        |       |         |       |                                   |                                   |
|                            |                  |       |        |       |         |       |                                   |                                   |

Пронумеровано, пронумеровано

77 (1 *Велика*) (листов)

Заведуючий МБДОУ ДС № 24

ст. Старополської

*Н. А. Купрейшвили*  
Н. А. Купрейшвили

