

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 2 компенсирующего вида для детей с нарушением речи»
города Чебоксары Чувашской Республики**

ПРИКАЗ

От 27.08.2026

№ 285- О

О переходе на сезонное осеннее меню

В соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (в редакции Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 22.08.2024 № 9), ФЗ № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статья 37, МР 2.4.0425-26 Роспотребнадзора, в целях обеспечения детей дошкольного возраста сбалансированным питанием

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Отменить с 01.09.2026 года 10-дневное меню «Двухнедельные рационы питания (меню) для организации питания детей от 1 года - 3 лет и с 3 - 7 лет», утвержденное приказом № 160-О от 29.06.2026 «Об утверждении примерного 10 - дневного меню на летний период в МБДОУ «Детский сад № 2» г. Чебоксары».
2. Утвердить и ввести в действие с 01.09.2026 г. 10-дневное меню «Меню приготавливаемых блюд для детей с 1 года - 3 лет и с 3 - 7 лет с 12 - часовым пребыванием в ДОУ» согласно приложению № 1.
3. Шеф-повару Семеновой С.С. обеспечить приготовление блюд в соответствии с технологическими картами.
4. Кладовщику Ивановой Н.М. составлять меню строго в соответствии с утвержденным 10-дневным меню, выдачу продуктов со склада производить строго в соответствии с меню-требованием.
5. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий



Л.В. Федотова

Меню приготавливаемых блюд с 01.09.2026г.
возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г		
День 1							
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	7,9	7,47	28,24	143,41	30
	Кофейный напиток	180	0,11	0,09	8,27	34	44
	Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		355,00	9,55	12,26	46,73	267,58	
	От 3 лет до 7 лет						
Завтрак	Каша пшеничная молочная	180	5,9	8	21,75	155,01	30
	Кофейный напиток	200	0,12	0,1	9,4	38,66	44
	Батон	35	2,63	1,02	17,82	92,4	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		420,00	8,69	13,24	49,01	360,57	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,6	0,6	14,7	63	80
Итого за второй завтрак		150	0,6	0,6	14,7	63	
	От 3 лет до 7 лет						
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	0,72	0,72	17,64	75,6	80
Итого за второй завтрак		180	0,72	0,72	17,64	75,6	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат витаминный	30	0,55	2,08	4,03	36,12	68
	Суп гороховый на мясном бульоне	150	2,72	2,73	7,84	64,93	81

	Котлета рыбная	70	14,02	4,74	6,3	122,49	42
	Картофельное пюре	110	4,26	3,8	28,65	173,23	24
	Напиток из свежих яблок	150	0,07	0,07	13,6	53,4	39
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
Итого за обед		550,00	24,26	13,9	74,1	516,33	
От 3 лет до 7 лет							
Обед	Салат витаминный	50	0,83	3,09	4,89	49,6	68
	Суп гороховый на мясном бульоне	200	4,76	2,72	14,75	98,91	81
	Котлета рыбная	70	15,03	3,8	6,3	118,02	42
	Картофельное пюре	130	3,59	4,25	24,43	144,26	24
	Напиток из свежих яблок	200	0,07	0,07	14,59	57,19	39
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7	95
Итого за обед		700,00	27,58	14,53	82,06	550,68	
От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Пудинг творожный со сладким соусом	150	20,16	14,03	17,72	273,4	62/76
	Чай сладкий	150			11,83	45,48	99
	Батон	20	2,31	0,9	14,7	69,6	5
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	102
Итого за уплотненный полдник		415,00	22,85	15,31	53,56	428,38	
От 3 лет до 7 лет							
Уплотненный полдник	Пудинг творожный со сладким соусом	170	24,21	16,18	22,34	326,29	62/76
	Чай сладкий	200			13,86	53,08	99
	Батон	30	3,46	1,35	22,05	104,4	5
	Яблоко	100	0,38	0,38	9,48	43,36	102
Итого за уплотненный полдник		500,00	28,05	17,91	67,73	527,13	
От 1 года до 3 лет							
Итого за день		1470,00	57,26	42,07	189,09	1275,29	

	От 3 лет до 7 лет						
Итого за день		1800,00	65,04	46,4	216,44	1513,98	

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
От 1 года до 3 лет						
Каша манная молочная	150	4,49	5,77	16,98	133,6	29
Какао со сгущенным молоком	180	1,44	2,11	4,21	40,69	21
Батон	30	2,27	0,87	14,01	79,2	5
Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
	365	8,24	12,87	35,24	290,86	
От 3 лет до 7 лет						
Каша манная молочная	180	5,3	6,42	19,39	151,73	29
Какао со сгущенным молоком	200	1,5	2,16	4,29	41,63	21
Батон	30	2,27	0,87	14,01	79,2	5
Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
	415	9,11	13,57	37,73	309,93	
От 1 года до 3 лет						
Йогурт	100	3,18	3,2	3,8	56,7	137
	100	3,18	3,2	3,8	56,7	
От 3 лет до 7 лет						
Йогурт	100	3,18	3,2	3,8	56,7	137
	100	3,18	3,2	3,8	56,7	
От 1 года до 3 лет						
Салат морковный	30	0,36	1,52	2,43	24,31	72
Бульон куриный с гренками бульоне	160	2,67	2,94	6,58	61,24	9
Плов из отвар- ной курицы	130	14,61	9,57	27,08	246,18	54
Компот из сухофруктов	150	0,3		12,43	47,84	40
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95

	510	20,58	14,51	62,2	445,73	
От 3 лет до 7 лет						
Салат морковный	50	0,6	2,54	4,05	40,52	72
Бульон куриный с грёнками бульоне	215	3,19	3,09	9,82	83,76	9
Плов из отвар- ной курицы	150	16,85	10,54	31,11	281,21	54
Компот из сухофруктов	200	0,39		15,06	58,07	40
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7	95
	665	24,33	16,77	77,14	546,26	
От 1 года до 3 лет						
Омлет	135	10,89	15,73	3,82	199,49	75
Печенье	20	1,5	2,36	14,98	73	57
Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8	5
Кисель	150	0,01		12,94	75,44	34
Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	102
	420	14,28	19,05	51,23	440,63	
От 3 лет до 7 лет						
Омлет	150	13,24	18,28	4,16	233,13	75
Печенье	20	1,5	2,36	14,98	73	57
Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8	5
Кисель	200	0,03		25,86	101,96	34
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42	102
	490	16,67	21,62	64,98	502,89	
От 1 года до 3 лет						
	1395	46,28	49,63	152,47	1233,92	
От 3 лет до 7 лет						
	1670	53,29	55,16	183,65	1415,78	

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
От 1 года до 3 лет						
Каша пшениная молочная	150	4,05	4,7	14,68	113,67	31
Чай с молоком	180	3,64	4,16	17,99	105,88	97

Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8	5
Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
	355	9,23	13,56	42,89	309,72	
От 3 до 7 лет						
Каша пшенная молочная	180	5,21	6,33	19,96	152,69	31
Чай с молоком	200	4,48	4,8	20,92	140,06	97
Батон	30	2,27	0,87	14,01	79,2	5
Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
	415	12	16,12	54,93	409,32	
От 1 года до 3 лет						
Банан	100	1,5	0,5	21	89,3	3
	100	1,5	0,5	21	89,3	
От 3 до 7 лет						
Банан	100	1,5	0,5	21	89,3	3
	100	1,5	0,5	21	89,3	
От 1 года до 3 лет						
Салат из свежей капусты	30	0,5	2,02	1,31	25,17	70
Рассольник со сметаной на мясном бульоне	150	2,95	4,16	9,04	87,48	64
Котлета аппетитная	60	11,35	9,95	4,97	152,65	341
Каша гречневая	110	2,78	3,14	13,68	90,84	27
Томатный соус	20	0,49	0,03	2,74	12,62	86
Лимонный напиток	150	0,008	0,008	12,14	48,38	45
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
	560	20,72	19,79	57,56	483,3	
От 3 до 7 лет						
Салат из свежей капусты	50	0,86	3,04	2,25	39,3	70
Рассольник со сметаной на мясном бульоне	200	3,77	6,49	13,58	121,49	64

Котлета аппетитная	70	11,49	13,5	5,37	171,5	341
Каша гречневая	130	3,29	3,33	16,17	103,8	27
Томатный соус	20	0,49	0,03	2,74	12,62	86
Лимонный напиток	200	0,01	0,01	14,15	56,25	45
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7	95
	720	23,21	27	71,36	587,66	

От 1 года до 3 лет

Рыбно-рисовая запеканка со сметанным соусом	200	16,05	11,05	23,72	260,09	66
Чай с соком	180	0,15		16,38	64,88	98
Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8	5
	400	17,7	11,63	50,28	377,77	

От 3 до 7 лет

Рыбно-рисовая запеканка со сметанным соусом	220	17,72	12,58	27,72	301,58	66
Чай с соком	200	0,15		18,38	72,48	98
Батон	40	3,04	1,02	18,68	85,44	5
	460	20,91	13,6	64,78	459,5	

От 1 года до 3 лет

		49,15	45,48	171,73	1260,09	
--	--	--------------	--------------	---------------	----------------	--

От 3 лет до 7 лет

		57,62	57,22	212,07	1545,78	
--	--	--------------	--------------	---------------	----------------	--

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	4,3	5,32	16,6	127,4	26
	Кофейный напиток с молоком	180	3,48	3,84	12,62	95,8	43

	Батон	20	1,5	0,58	10,18	5,28	5	
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6	
Итого за завтрак		355	9,32	13,86	39,44	265,85		
	От 3 до 7 лет							
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	180	4,96	6,34	18,62	146,77	26	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,77	4,16	15,09	109,08	43	
	Батон	30	2,27	0,87	14,01	79,2	5	
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6	
Итого за завтрак		415	11,04	15,49	47,76	372,42		
	От 1 года до 3 лет							
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,6	0,6	14,7	63	80	
Итого за второй завтрак		150	0,6	0,6	14,7	63		
	От 3 до 7 лет							
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	0,72	0,72	17,64	75,6	80	
Итого за второй завтрак		180	0,72	0,72	17,64	75,6		
	От 1 года до 3 лет							
Обед	Салат свекольный	30	0,43	2,02		2,55	29,55	73
	Щи из свежей капусты со сметаной на курином бульоне	150	4,1	5,54		7,4	94,04	118
	Котлета куриная	50	11,87	3,32		3,72	94,4	116
	Макароны отварные	110	4,02	3,66		26,48	148,37	46
	Компот из свежих яблок	150	0,07	0,07		11,62	45,82	101
	Хлеб ржаной	30	2,43	0,36		12,66	49,62	95
	Итого за обед		520	22,92	14,97	64,43	461,8	
	От 3 до 7 лет							

Обед	Салат свекольный	50	0,72	3,04		4,22	46,12	73
	Щи из свежей капусты со сметаной на курином бульоне	200	3,88	7,1		10,22	117	118
	Котлета куриная	70	16,22	3,71		3,96	117,32	116
	Макароны отварные	130	4,54	4,1		31,11	184,7	46
	Компот из свежих яблок	200	0,07	0,07		14,59	57,19	101
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48		13,68	66,16	95
Итого за обед		690	28,07	18,5		77,78	588,49	

От 1 года до 3 лет								
Уплотненный полдник	Суфле творожное, сладкий соус	155	17,55	11,2		20,83	249,48	89/78
	Чай с сахаром	180	0,12	0,003		6,01	23,3	99
	Батон	25	1,9	0,22		11,67	53,4	5
	Печенье	40	3	4,72		29,96	166,84	57
Итого за полдник		400	22,57	16,14		68,47	493,02	

От 3 до 7 лет								
Уплотненный полдник	Суфле творожное, сладкий соус	180	20,3	11,5		26	263,87	89/78
	Чай с сахаром	200	0,16	0,04		8,01	31,07	99
	Батон	30	2,27	0,87		14,01	79,2	5
	Печенье	40	3	4,72		29,96	166,84	57
Итого за полдник		450	25,73	17,13		77,98	540,98	

От 1 года до 3 лет								
Итого за день		1425	55,41	45,57		187,04	1283,67	
От 3 лет до 7 лет								
Итого за день		1735	65,56	51,84		221,16	1577,49	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		

День 5							
От 1 года до 3 лет							
Завтрак	Каша "Дружба" молочная	150	4,6	6,15	17,35	138,86	29
	Какао со сгущенным молоком	180	1,44	2,11	4,21	40,69	20
	Батон	30	2,27	0,87	14,01	79,2	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		365	8,35	13,25	35,61	296,12	
От 3 до 7 лет							
Завтрак	Каша "Дружба" молочная	180	6,15	7,3	25,3	185,21	29
	Какао со сгущенным молоком	200	1,5	2,16	6,29	75,88	20
	Батон	40	3,04	1,02	18,68	85,44	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		425	10,73	14,6	50,31	383,9	
От 1 года до 3 лет							
Второй завтрак	Ряженка	150	4,19	6	6,3	94,5	35
Итого за второй завтрак		150	4,19	6	6,3	94,5	
От 3 до 7 лет							
Второй завтрак	Ряженка	180	5,04	7,2	7,56	113,4	35
Итого за второй завтрак		180	5,04	7,2	7,56	113,4	
От 1 года до 3 лет							
Обед	Салат витаминный	30	0,55	2,08	4,03	36,12	68
	Борщ со сметаной на мясном бульоне	150	3,82	3,79	8,06	80,75	7
	Суфле из печени	60	10,69	4,3	4,12	104,51	117
	Картофелье пюре	110	3,14	3,62	21,74	126,71	24
	Компот фруктовый	150	0,08	0,04	11,26	43	118
	Хлеб	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
Итого за обед		540	20,92	14,31	62,89	457,25	
От 3 до 7 лет							

Обед	Салат витаминный	50	0,83	3,09	4,89	49,6	68
	Борщ со сметаной на мясном бульоне	200	4,6	6,42	14,71	127,22	7
	Суфле из печени	70	15,12	6,03	6,32	138,5	117
	Картофелье пюре	130	3,59	4,25	24,43	144,26	24
	Компот фруктовый	200	0,11	0,05	11,69	44,87	118
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7	95
Итого за обед		700	27,55	20,44	79,14	587,15	

От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Вермишель в молоке	150	3,59	6,71	12,11	122,08	12
	Кисель	150	0,01		12,94	75,44	34
	Плюшка московская	100	6,78	12,9	42,42	267,18	135
Итого за полдник		400	10,38	19,61	67,47	464,7	

От 3 до 7 лет							
Уплотненный полдник	Вермишель в молоке	180	4,36	7,78	14,42	143,92	12
	Кисель	180	0,03		25,86	101,96	34
	Плюшка московская	100	6,78	12,9	42,42	267,18	135
Итого за полдник		460	11,17	20,68	82,7	513,06	

От 1 года до 3 лет							
Итого за день		1455	43,84	53,17	172,27	1312,57	
От 3 лет до 7 лет							
Итого за день		1735	54,49	62,92	219,71	1597,51	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность Ккал	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углеводо ы		
День 6							
Завтрак	От 1 года до 3 лет						
	Каша пшеничная молочная	150	5,53	5,23	19,77	143,41	30
	Кофейный напиток	180	0,11	0,09	8,27	34	44

	Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		355	7,18	10,02	38,26	267,58	
	От 3 до 7 лет						
Завтрак	Каша пшеничная	180	6,11	5,87	20,72	155,01	30
	Кофейный напиток	200	0,12	0,1	9,4	38,66	44
	Батон	40	3,04	1,02	18,68	85,44	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		425	9,31	11,11	48,84	316,48	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Чай с соком	150	0,15		16,38	64,88	98
Итого второй завтрак		150	0,15	0	16,38	64,88	
	От 3 до 7 лет						
Второй завтрак	Чай с соком	200	0,15		18,38	72,48	98
Итого второй завтрак		200	0,15	0	18,38	72,48	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат морковный	30	0,36	1,52	2,43	24,31	72
	Суп крестьянский со сметаной на мясном бульоне	150	4,19	4,92	10,52	90,32	83
	Котлета аппетитная	60	11,35	9,95	4,97	152,65	341
	Каша гречневая	110	2,78	2,78	13,68	87,54	27
	Томатный соус	20	0,49	0,03	2,74	12,62	86
	Компот из свежих яблок	150	0,07	0,07	11,62	45,82	39
	Хлеб ржаной	30	2,43	0,36	12,66	49,62	95
	Итого за обед		550	21,67	19,63	58,62	462,88
	От 3 до 7 лет						

Обед	Салат морковный	50	0,6	2,54	4,05	40,52	72
	Суп крестьянский со сметаной на мясном бульоне	200	4,83	7,2	15,06	140,6	83
	Котлета аппетитная	70	11,49	13,50	5,37	171,5	341
	Каша гречневая	130	3,29	3,33	16,17	103,8	27
	Томатный соус	20	0,49	0,03	2,74	12,62	86
	Компот из свежих яблок	200	0,08	0,08	14,59	57,19	39
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7	95
Итого за обед		720	24,08	27,28	75,08	608,93	
	От 1 года до 3 лет						
Уплотненный полдник	Омлет	135	10,89	15,73	3,82	199,49	75
	Печенье	20	1,5	2,36	14,98	73	57
	Напиток из сухофруктов	150	0,3		12,43	47,84	53
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	102
	Батон	30	2,27	0,87	14,01	79,2	5
Итого за полдник		430	15,34	19,34	54,55	439,43	
	От 3 до 7 лет						
Уплотненный полдник	Омлет	150	13,24	18,28	4,16	233,13	75
	Печенье	20	1,5	2,36	14,98	73	57
	Напиток из сухофруктов	200	0,39		15,06	58,07	53
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42	102
	Батон	40	3,04	1,02	18,68	85,44	5
Итого за полдник		510	18,57	22,06	62,68	491,64	

	От 1 года до 3 лет						
Итого за день		1485	44,34	48,99	167,81	1234,77	
	От 3 лет до 7 лет						
Итого за день		1855	52,11	60,45	204,98	1489,53	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептур ы
------------	--------------------	--------------	------------------	--	-------------------------	--------------

			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	ккал.	
День 7							
От 1 года до 3 лет							
Завтрак	Каша рисовая молочная	150	3,57	4,55	15,5	113,33	32
	Какао с молоком	180	3,88	4,33	16,28	117,1	20
	Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		355	8,99	13,58	42	320,6	
От 3 лет до 7 лет							
Завтрак	Каша рисовая молочная	180	4,37	6,07	18,34	140,92	32
	Какао с молоком	200	4,84	5,37	21,78	151,6	20
	Батон	30	2,27	0,87	14,01	79,2	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		415	11,52	16,43	54,17	409,09	
От 1 года до 3 лет							
Второй завтрак	Молоко кипяченное	150	4,2	4,8	7,05	87	48
Итого за второй завтрак		150	4,2	4,8	7,05	87	
От 3 лет до 7 лет							
Второй завтрак	Молоко кипяченное	180	5,04	5,76	8,46	104	48
Итого за второй завтрак		180	5,04	5,76	8,46	104	
От 1 года до 3 лет							
Обед	Салат из свежей капусты	30	0,5	2,02	1,31	25,17	70
	Бульон куриный с гренками	160	2,67	2,94	6,58	61,24	9
	Суфле куриное	60	13,18	14,14	3,83	197,15	88
	Макароны отварные	110	4,02	3,66	26,48	148,37	46
	Напиток из свежих фруктов	150	0,72	0,72	17,46	75,6	52
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	33,08	95
Итого за обед		530	22,41	23,72	62,5	540,61	
От 3 лет до 7 лет							

Обед	Салат из свежей капусты	50	0,86	3,04	2,25	39,3	70
	Бульон куриный с гречками	215	3,19	3,09	9,82	83,76	9
	Суфле куриное	70	15,18	16,5	4,16	229,75	88
	Макароны отварные	130	4,54	4,1	31,11	184,7	46
	Напиток из свежих фруктов	180	0,07	0,07	11,87	45,53	52
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7	95
Итого за обед		695	27,14	27,4	76,31	665,74	

От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Овощи тушеные с мясом птицы	135	13,69	10,57	11,66	193,68	302
	Сок	150	0,6	0,6	14,7	63	80
	Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8	5
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	102
Итого за упл. полдник		400	16,17	12,13	45,85	349,38	

От 3 лет до 7 лет							
Уплотненный полдник	Овощи тушеные с мясом птицы	150	15,83	13,78	13,19	236,88	302
	Сок	200	0,8	0,8	19,6	84	80
	Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8	5
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42	102
Итого за упл. полдник		470	18,53	15,56	52,77	415,68	

От 1 года до 3 лет							
Итого за день		1435	51,77	54,23	157,40	1297,59	
От 3 лет до 7 лет							
Итого за день		1760	62,23	65,15	191,71	1594,51	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность ккал.	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
День 8							
От 1 года до 3 лет							
Завтрак	Каша пшениная молочная	150	4,05	4,7	14,7	113,67	31

	Чай с молоком	180	3,64	4,16	17,99	120,88	97
	Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		355	9,23	13,56	42,91	324,72	
От 3 лет до 7 лет							
Завтрак	Каша пшеничная молочная	180	5,21	6,33	19,96	152,69	31
	Чай с молоком	200	4,48	4,8	20,92	140,06	97
	Батон	30	2,27	0,87	14,01	79,2	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		415	12	16,12	54,93	409,32	
От 1 года до 3 лет							
Второй завтрак	Напиток фруктовый	150	0,08	0,04	11,26	43	80
Итого за второй завтрак		150	0,08	0,04	11,26	43	
От 3 лет до 7 лет							
Второй завтрак	Напиток фруктовый	180	0,11	0,05	11,69	44,87	80
Итого за второй завтрак		180	0,11	0,05	11,69	44,87	
От 1 года до 3 лет							
Обед	Салат свекольный	30	0,43	2,02	2,55	29,55	70
	Суп овощной со сметаной на курином бульоне	150	4,42	5,61	9,85	105,04	86
	Жаркое по-помашнему	130	10,56	10,56	18,93	208,72	18
	Лимонный напиток	150	0,01	0,01	12,18	48,78	45
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
Итого за обед		500	18,06	18,68	57,19	458,25	
От 3 лет до 7 лет							
Обед	Салат свекольный	50	0,72	3,04	4,22	46,12	73
	Суп овощной со сметаной на курином бульоне	200	4,03	5,31	11,43	112,88	86
	Жаркое по-помашнему	150	12,29	12,19	21,85	240,83	18
	Лимонный напиток	200	0,01	0,019	13,68	56,25	45

	Хлеб ржаной	50	3,3	0,36	17,1	82,7	95
Итого за обед		650	20,35	20,92	68,28	538,78	
От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Капуста тушеная с мясом	170	8,08	7,45	8,61	189,93	21
	Чай сладкий	180			13,87	53,06	99
	Пряник	30	0,96	0,84	24,33	102,63	343
	Батон	30	2,27	0,87	14,01	79,2	5
Итого за полдник		410	11,31	9,16	60,82	424,82	
От 3 лет до 7 лет							
Уплотненный полдник	Капуста тушеная с мясом	220	12,77	18,07	11,61	226,2	21
	Чай сладкий	200			13,87	53,06	99
	Пряник	30	0,96	0,84	24,33	102,63	343
	Батон	30	2,27	0,87	14,01	79,2	5
Итого за полдник		480	16	19,78	63,82	461,09	
От 1 года до 3 лет							
Итого за день		1415	38,68	41,44	172,18	1250,79	
От 3 лет до 7 лет							
Итого за день		1725	48,46	56,87	198,72	1454,06	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал.	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углевод ы		
День 9							
От 1 года до 3 лет							
Завтрак	Каша манная молочная	150	4,22	6,04	16,09	124,72	29
	Кофейный напиток с молоком	180	3,48	3,84	12,62	95,8	43
	Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		355	9,24	14,58	38,93	310,69	
От 3 до 7 лет							
Завтрак	Каша манная молочная	180	5,3	6,42	19,38	151,73	29
	Кофейный напиток с молоком	200	3,77	4,16	15,09	109,08	43

	Батон	30	2,27	0,87	14,01	79,2	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		415	11,38	15,57	48,52	377,38	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Фруктовый напиток с соком	150	0,15	0,15	8,66	35,65	342
Итого второй завтрак		150	0,15	0,15	8,66	35,65	
	От 3 до 7 лет						
Второй завтрак	Фруктовый напиток с соком	180	0,18	0,18	10,39	42,78	342
Итого второй завтрак		180	0,18	0,18	10,39	42,78	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат витаминный	30	0,55	2,08	4,03	36,12	68
	Суп картофельный с макаронами на мясном бульоне	150	3,66	3,01	15,62	107,7	82
	Кнели рыбные	60	9,17	2,61	3,22	72,35	340
	Картофельное пюре	110	3,14	3,62	21,74	126,71	24
	Напиток из сухофруктов	150	0,3		12,43	47,84	53
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
Итого за обед		540	19,46	11,8	70,72	456,88	
	От 3 до 7 лет						
Обед	Салат витаминный	50	0,83	3,09	4,89	49,6	61
	Салат морковный	50	0,6	2,54	4,05	40,52	72
	Суп картофельный с макаронами на мясном бульоне	200	3,75	4,51	15,91	122,55	82
	Кнели рыбные	70	10,73	3,15	3,84	85,77	340
	Картофельное пюре	130	3,59	4,25	24,43	144,26	24
	Напиток из сухофруктов	200	0,39		15,06	58,07	53
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7	95
Итого за обед		700	22,59	15,6	81,23	542,95	

	От 1 года до 3 лет						
Уплотненный полдник	Булочка домашняя	75	6,01	4,72	37	205,54	8
	Суп молочный рисовый	180	5,64	8,88	21,92	190,02	84
	Чай с лимоном	180	0,003	0,003	11,96	46,35	96
	Итого за упл. полдник	435	11,65	13,603	70,88	441,91	
	От 3 до 7 лет						
Уплотненный полдник	Булочка домашняя	75	6,01	4,72	37	205,54	8
	Суп молочный рисовый	200	5,49	7,86	24,78	191,75	84
	Кисель	200	0,03		25,86	111,96	34
	Итого за упл. полдник	475	11,53	12,58	87,64	509,25	

	От 1 года до 3 лет						
Итого за день		1480	40,50	40,133	189,19	1245,13	
	От 3 лет до 7 лет						
Итого за день		1770	45,68	43,93	227,78	1472,36	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал.	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углевод ы		
День 10							
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	4,3	5,32	16,6	127,4	26
	Какао со сгущенным молоком	180	1,44	2,11	4,21	40,69	20
	Батон	30	2,27	0,87	14,01	79,2	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		365	8,05	12,42	34,86	284,66	
	От 3 до 7 лет						
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	180	4,96	6,34	18,62	146,77	26

	Какао со сгущенным молоком	200	1,5	2,16	4,29	41,63	20
	Батон	40	3,04	1,02	18,68	85,44	5
	Масло сливочное	5	0,04	4,12	0,04	37,37	6
Итого за завтрак		425	9,54	13,64	41,63	311,21	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Ряженка	150	4,19	6	6,3	94,5	35
Итого второй завтрак		150	4,19	6	6,3	94,5	
	От 3 до 7 лет						
Второй завтрак	Ряженка	180	5,04	7,2	7,56	113,4	35
Итого второй завтрак		180	5,04	7,2	7,56	113,4	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат морковный	30	0,36	1,52	2,43	24,31	72
	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	150	3,88	5,62	14,9	124,09	87
	Запеканка картофельная с мясом, с томатным соусом	150	13,15	10,3	23,85	234,93	19/86
	Компот из свежих яблок	150	0,08	0,08	12,22	48,56	39
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7	95
Итого за обед		530	20,77	18,12	70,5	514,59	
	От 3 до 7 лет						
Обед	Салат морковный	50	0,6	2,54	4,05	40,52	72
	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	200	4,28	6,59	16,6	142,65	87
	Запеканка картофельная с мясом, с томатным соусом	170	17,42	12,72	32,07	304,55	19/86

	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	14,93	58,71	39
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7	95
Итого за обед		670	25,69	22,54	84,75	629,13	

	От 1 года до 3 лет						
--	---------------------------	--	--	--	--	--	--

Уплотненный полдник	Сырники из творога	130	17,36	5,03	20,56	270,33	115
	Сладкий соус	15	0,55	0,015	7,46	29,76	78
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	102
	Чай с соком	150	0,15		10,46	42,16	98
	Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8	5
Итого за упл. полдник		410	19,94	6,005	57,97	434,95	

	От 3 до 7 лет						
--	----------------------	--	--	--	--	--	--

Уплотненный полдник	Сырники из творога	150	22,78	5,63	22,57	329,81	115
	Сладкий соус	20	0,7	0,032	8,42	34,52	78
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42	102
	Чай с соком	200	0,17		18,38	72,48	98
	Батон	40	3,04	1,02	18,68	85,44	5
Итого за упл. полдник		510	27,09	7,082	77,85	564,25	

	От 1 года до 3 лет						
--	---------------------------	--	--	--	--	--	--

Итого за день		1455	52,95	42,545	169,63	1328,7	
----------------------	--	-------------	--------------	---------------	---------------	---------------	--

	От 3 лет до 7 лет						
--	--------------------------	--	--	--	--	--	--

Итого за день		1785	67,36	50,462	211,79	1617,99	
----------------------	--	-------------	--------------	---------------	---------------	----------------	--