

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с № 18
_____Н.А.Фандеева

«02» 06 2025г.

ЛЕТНЕЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 1,5 – 7 ЛЕТ

(меню составлено на основе «Сборника рецептур блюд
и кулинарных изделий для предприятий

общественного питания». – Киев; Москва, 2005., «Сборник рецептур на продукцию для питания детей в
дошкольных образовательных организациях»
Москва, Дели плюс 2016)

Ясли (для детей с 1,5 до 3 лет)

ЗАВТРАК	ДЕНЬ 1		ДЕНЬ 2		ДЕНЬ 3		ДЕНЬ 4		ДЕНЬ 5	
	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход
	Запеканка манная со сметаной	180/20	Каша вязкая молочная гречневая с маслом сливочным "Крестьянское"	150/4	Каша молочная жидкая пшенная с маслом сливочным Крестьянское	150/4	Каша жидкая молочная геркулесовая с маслом сливочным "Крестьянское"	150/4	Каша вязкая молочная ячневая с маслом сливочным "Крестьянское"	150/4
	Чай с сахаром	150/8	Кофейный напиток с молоком	150/8	Какао с молоком	150/8	Кофейный напиток с молоком	150/8	Какао с молоком	150/8
	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка)	20/10/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское (батон йодированный Рябинушка)	20/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	20/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	20/10/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка)	20/10/5
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	180	Щи из свежей капусты с картофелем	180	Борщ с фасолью, картофелем, сметаной	180/7.5	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	Борщ с капустой, картофелем, сметаной	180/7.5
	Голубцы с мясом говядины и рисом, со сметанным соусом	180/60	Тефтели из мяса говядины	60	Запеканка из печени говядины с рисом	165	Суфле из бройлеров цыплят (с маслом сливочным Крестьянское)	60/2.7	Шницель из мяса говядины (с маслом сливочным Крестьянское)	60/3.4
			Овощи отваренные с жиром (морковь)	120			Пюре из свеклы	120	Капуста тушеная	120
	Овощи свежие	35	Овощи свежие	35	Овощи свежие	35	Овощи свежие	35	Овощи свежие	35
	Напиток из плодов шиповника (витаминный)	150/7	Компот из яблок и слив или из яблок и алычи	150/10	Кисель из плодов шиповника(витаминный)	150	Компот из яблок и слив или из яблок и алычи	150/10	Кисель из яблок	150/8
	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/20	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/20	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/20	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/20	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/20
	ПОЛДНИК	Пудинг из творога	130	Фрикадельки рыбные из рыбы минтая с томатным соусом	70/30	Омлет натуральный (с маслом сливочным Крестьянское)	80/3	Шницель рыбный натуральный из рыбы минтая	60	Запеканка рисовая с творогом и сметаной
Картофельное пюре				120	Кабачки запеченные под соусом	40	Картофель отварной (с маслом сливочным Крестьянское)	120/4		

			Овощи свежие	35			Овощи свежие	35	Кофейный напиток с молоком	150/8
	Соус молочный сладкий	50	Чай с сахаром	150/8	Хлеб пшеничный	20	Чай с сахаром	150/8		
	Кофейный напиток	150/8	Хлеб пшеничный	20	Кофейный напиток	150/8	Хлеб пшеничный	20		
УЖИН	Кондитерские изделия (печенье, пряник, вафля)	40	Сок фруктовый	200	Пирожок печеный с яблоком	75	Фрукты свежие	1шт.	Фрукты свежие	1шт.
	Итого за день:	1443	Итого за день:	1584	Итого за день:	1310	Итого за день:	1461	Итого за день:	1398
ЗАВТРАК	ДЕНЬ 6		ДЕНЬ 7		ДЕНЬ 8		ДЕНЬ 9	ДЕНЬ 10		
	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход
	Макароны запеченные с яйцом	150	Каша жидкая молочная манная (с маслом сливочным" Крестьянское")	150/4	Каша жидкая молочная геркулесовая с маслом сливочным " Крестьянское"	150/4	Каша жидкая молочная пшеничная (с маслом сливочным" Крестьянское")	150/4	Омлет натуральный (с маслом сливочным Крестьянское)	80/3
									Кабачки запеченные под соусом	40
	Чай с сахаром	150/8	Какао с молоком	150/8	Кофейный напиток с молоком	150/8	Какао с молоком	150/8	Кофейный напиток с молоком	150/8
	Батон йодированный " Рябинушка"	20	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	20/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка)	20/10/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	20/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка)	20/10/5
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	180	Борщ с капустой, картофелем, сметаной	180/7.5	Суп -лапша домашняя	180	Борщ с фасолью, картофелем, сметаной	150/7.5	Суп картофельный с клецками	180
	Запеканка картофельная с печенью говядины (с маслом сливочным Крестьянское)	150/3					Зразы из мяса говядины фаршированные рисом(паровые) в соусе	60/30	Фрикадельки из мяса говядины в соусе	60/30

			Биточки из мяса говядины с маслом сливочным Крестьянское	60/3.4	Котлета, рубленная из бройлеров цыплят	70	Пюре из свеклы	120		
			Капуста тушеная	120	Картофельное пюре	120	Компот из яблок и слив или из яблок и алычи	150/10	Овощи отварные с жиром(морковь)	120
	Овощи свежие	35	Овощи свежие	35			Овощи свежие	35	Овощи свежие	35
	Компот из яблок и слив или из яблок и алычи	150/10	Напиток из плодов шиповника (витаминный)	150/7	Овощи свежие	35			Компот из яблок и слив или из яблок и алычи	150/10
	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/20	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/20	Кисель из яблок	150/8				
					Хлеб ржаной/ пшеничный	40/20				
ПОЛДНИК	Запеканка из творога с морковкой	150	Шницель рыбный натуральный из рыбы минтая	60	Сырники из творога с морковью и сметаной	130/15	Фрикадельки рыбные из рыбы минтая с томатным соусом	70/30	Оладьи из творога	150/45
			Овощи припущ. жиром (кабачки)	120						
	Соус яблочный	50	Чай с сахаром	150/8	Какао с молоком	150/8	Картофельное пюре	120		
							Овощи свежие	35		
	Кофейный напиток с молоком	150/8	Хлеб пшеничный	20			Хлеб пшеничный	20	Молоко кипяченное	150
							Кофейный напиток	150/8		
УЖИН	Булочка из сдобного теста	60	Сок фруктовый	200	Фрукты свежие	1шт.	Контиреские изделия (печенье, пряник, вафля)	40	Фрукты свежие	1шт.
	Итого за день:	1299	Итого за день:	1517	Итого за день:	1373	Итого за день:	1462	Итого за день:	1406

Средняя стоимость=										161.20
ЗАВТРАК	Сад (для детей от 3 до 7 лет)									
	ДЕНЬ 1		ДЕНЬ 2		ДЕНЬ 3		ДЕНЬ 4	ДЕНЬ 5		
	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход
	Запеканка манная со	200/25	Каша вязкая молочная	200/5	Каша жидкая	200/5	Каша жидкая молочная	200/5	Каша вязкая	200/5

	сметаной		гречневая с маслом сливочным Крестьянское		молочная пшенная с малом сливочным Крестьянское		геркулесовая с маслом сливочным Крестьянское		молочная ячневая с мслом сливочным Крестьянское	
	Чай с сахаром	180/9	Кофейный напиток с молоком	180/9	Какао с молоком	180/9	Кофейный напиток с молоком	180/9	Какао с молоком	180/9
	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка)	30/5/15	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	30/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	30/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	30/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка)	30/15/5
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	200	Щи из свежей капусты с картофелем	200	Борщ с фасолью, картофелем, сметаной	200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	Борщ с капустой, картофелем, сметаной	200/10
	Голубцы с мясом говядины и рисом, со сметанным соусом	180/60	Гуляш из мяса говядины	50/30	Запеканка из печени с рисом	210	Суфле из кур или бройлеров цыплят с маслом сливочным Крестьянское	70/3.1	Шницель из мяса говядины	70
			Кабачки припущенные с жиром	120			Пюре из свеклы	150	Капуста тушеная	150
							Овощи свежие	40		
	Овощи свежие	40	Овощи свежие	40	Овощи свежие	40	Компот из яблок и слив или из яблок и алычи	180/11	Овощи свежие	40
	Напиток из плодов шиповника(витаминный)	180/9	Компот из яблок и слив или из яблок и алычи	180/11	Кисель из плодов шиповника(витаминный)	180			Кисель из яблок	180/9
	Хлеб ржаной/ пшеничный	50/30	Хлеб ржаной/ пшеничный	50/20	Хлеб ржаной/ пшеничный	50/20			Хлеб ржаной/ пшеничный	50/20

ПОЛДНИК	Пудинг из творога	130	Фрикадельки рыбные из рыбы минтая с томатным соусом	70/30	Омлет натуральный (с маслом сливочным Крестьянское)	80/3	Рыба минтай тушенная в томате с овощами	70/70	Запеканка рисовая с творогом и сметаной	150/20
			Картофельное пюре	150	Кабачки запеченные под соусом	60				
	Соус молочный сладкий	50	Овощи свежие	40			Овощи свежие	40	Кофейный напиток с молоком	180/9
			Чай с сахаром	180/9	Хлеб пшеничный	30	Картофельное пюре	150		
	Кофейный напиток с молоком	180/9	Хлеб пшеничный	30	Кофейный напиток с молоком	180/9	Чай с сахаром	180/9		
							Хлеб пшеничный	30		
УЖИН	Контиреские изделия (печенье, пряник, вафля)	40	Сок фруктовый	200	Пирожок печеный с яблоком	75	Фрукты свежие	1шт.	Сок фруктовый	200
	Итого за день:	1622	Итого за день:	1639	Итого за день:	1576	Итого за день:	1702	Итого за день:	1742
ЗАВТРАК	ДЕНЬ 6		ДЕНЬ 7		ДЕНЬ 8		ДЕНЬ 9	ДЕНЬ 10		
	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход	Наименование блюд	Выход
	Макароны запеченные с яйцом	200	Каша жидкая молочная манная с маслом сливочным Крестьянское	200/5	Каша жидкая молочная геркулесовая с маслом сливочным Крестьянское	200/5	Каша жидкая молочная пшеничная (с маслом сливочным" Крестьянское")	200/5	Омлет натуральный (с маслом сливочным Крестьянское)	80/3
									Кабочки запеченные под соусом	60
Чай с сахаром	20	Какао с молоком	180/9	Кофейный напиток с молоком	180/9	Какао с молоком	180/9	Кофейный напиток с молоком	180/9	

	Батон йодированный	30	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	30/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка)	30/15/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское(батон йодированный Рябинушка)	30/5	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянское и сыром Российский (батон йодированный Рябинушка)	30/15/5
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	200	Борщ с капустой, картофелем, сметаной	200/10	Суп -лапша домашняя	200	Борщ с фасолью, картофелем, сметаной	200/10	Суп картофельный с клецками	200
	Запеканка картофельная с печенью говядины(с маслом сливочным Крестьянское)	190/4					Мясо говядины тушенное	50/75	Фрикадельки из мяса говядины в соусе	70/30
			Биточки из мяса говядины с маслом сливочным Крестьянское	70/4.3	Курица отварная	80	Баклажанны или кабочки тушенные	150		
			Капуста тушенная	150	Картофельное пюре	150	Овощи свежие	40	Овощи отварные с жиром (морковь)	120
	Овощи свежие	40	Овощи свежие	40	Овощи свежие	40	Компот из яблок и слив или из яблок и алычи	180/11	Овощи свежие	40
	Компот из яблок и слив или из яблок и алычи	180/11	Напиток из плодов шиповника(витаминный)	180/9	Кисель из яблок	180/9			Компот из яблок и слив или из яблок и алычи	180/11
	Хлеб ржаной/ пшеничный	50/30	Хлеб ржаной/ пшеничный	50/20	Хлеб ржаной/ пшеничный	50/30			Хлеб ржаной/ пшеничный	50/20

ПОЛДНИК	Запеканка из творога с морковью	150	Шницель рыбный натуральный из рыбы минтая	70	Сырники из творога с морковью и сметаной	130/15	Фрикадельки рыбные из рыбы минтая с томатным соусом	70/30	Оладьи из творога с повидлом	150/45
	Соус яблочный	50	Овощи припущ. жиром (кабачки)	150	Какао с молоком	180/9	Картофельное пюре	150	Молоко кипяченное	180
			Чай с сахаром	180/9			Хлеб пшеничный	30		
	Кофейный напиток смолоком	180/9	Хлеб пшеничный	30			Кофейный напиток с молоком	180/9		
УЖИН	Булочка из сдобного теста	80	Сок фруктовый	200	Фрукты свежие	1шт.	Контиреские изделия (печенье, пряник, вафля)	40	Фрукты свежие	1шт.
	Итого за день:	1593	Итого за день:	1803	Итого за день:	1617	Итого за день:	1794	Итого за день:	1568
								Средняя стоимость=		187.50