



Зав. МБДОУ № 1 г. Азова  
Приказ от 26.09.2024 г. № 93А

Примерное 10 - дневное меню  
с 01.01.2025г. по 31.12.2025г.

Организация питания детей от 1 до 8 лет МБДОУ № 1 г. Азова

(составлено на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (с изм. От 01.01.2021)"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 ясли/сад | Наименование блюда                             | Выход ясли/сад | Наименование блюда                     | Выход ясли/сад | Наименование блюда                  | Выход ясли/сад | Наименование блюда                            | Выход ясли/сад |
| 1                                 | 2              | 3                                              | 4              | 5                                      | 6              | 7                                   | 8              | 9                                             | 10             |
| Завтрак 1 день                    |                | Завтрак 2 день                                 |                | Завтрак 3 день                         |                | Завтрак 4 день                      |                | Завтрак 5 день                                |                |
| Каша с фруктами (рецептура № 195) | 150/200        | Запеканка со свежими плодами (рецептура № 199) | 160/220        | Лапшевник с творогом (рецептура № 226) | 130/150        | Пюре картофельное (рецептура № 339) | 120/150        | Вареники ленивые (отварные) (рецептура № 224) | 110/150        |
| Чай с сахаром (рецептура № 411)   | 200/200        | повидло                                        | 10/20          | сметана                                | 20/20          | Сельдь (рецептура № 83)             | 90/90          | сметана                                       | 20/25          |
| Бутерброд с сыром (рецептура № 3) | 36/42          | 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        |
|                                   |                | Бутерброд с маслом (рецептура № 1)             | 28/35          | Бутерброд с маслом (рецептура № 1)     | 28/30          | Бутерброд с сыром (рецептура № 3)   | 36/47          | Бутерброд с маслом (рецептура № 1)            | 28/30          |
|                                   |                |                                                |                |                                        |                | Хлеб пшеничный                      | 10/15          |                                               |                |
| Второй завтрак 1 день             |                | Второй завтрак 2 день                          |                | Второй завтрак                         |                | Второй завтрак 4 день               |                | Второй завтрак 5 день                         |                |
| Сок или напиток                   | 90/100         | Сок или напиток                                | 100/100        | Сок или напиток                        | 100/100        | Сок или напиток                     | 95/100         | Сок или напиток                               | 95/100         |

| Обед 1 день                                       |         | Обед 2 день                                     |         | Обед 3 день                                     |         | Обед 4 день                                      |         | Обед 5 день                                   |         |
|---------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------------|---------|-----------------------------------------------|---------|
| Салат из овощей<br>(рецептура № по сезону)        | 50/50   | Салат из овощей<br>(рецептура № по сезону)      | 50/50   | Салат из овощей<br>(рецептура № по сезону)      | 50/50   | Салат из овощей<br>(рецептура № по сезону)       | 50/50   |                                               |         |
| Борщ с капустой и картофелем<br>(рецептура № 63)  | 150/200 | Суп картофельный с бобовыми<br>(рецептура № 87) | 150/200 | Суп картофельный с клецками<br>(рецептура № 91) | 150/200 | Борщ с капустой и картофелем<br>(рецептура № 63) | 150/200 | Борщ летний (со свеклой)<br>(рецептура № 70)  | 150/200 |
| Котлета рубленая<br>(рецептура № 298)             | 60/70   | Котлета рыбная запеченная<br>(рецептура № 271)  | 70/80   | Плов из птицы<br>(рецептура № 321)              | 160/200 | Тефтели<br>(рецептура № 303)                     | 70/80   | Говядина тушеная с капустой (рецептура № 371) | 160/200 |
| Гарнир- каша крупяная вязкая<br>(рецептура № 331) | 120/150 | гарнир – картофель отварной (рецептура 336)     | 120/150 |                                                 |         | Соус томатный с овощами (рецептура 349)          | 20/20   |                                               |         |
| Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)       | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)     | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)     | 150/200 | гарнир – каша вязкая крупяная (рецептура 331)    | 100/130 | Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)   | 150/200 |
| Хлеб пшеничный                                    | 30/40   | Хлеб пшеничный                                  | 40/40   | Хлеб пшеничный                                  | 30/40   | Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)      | 150/200 | Хлеб пшеничный                                | 30/40   |
| Хлеб ржаной                                       | 40/50   | Хлеб ржаной                                     | 40/50   | Хлеб ржаной                                     | 40/50   | Хлеб пшеничный                                   | 30/40   | Хлеб ржаной                                   | 40/50   |
|                                                   |         |                                                 |         |                                                 |         | Хлеб ржаной                                      | 40/50   |                                               |         |

| Полдник 1 день                                     |         | Полдник 2 день                                       |         | Полдник 3 день                             |         | Полдник 4 день                                                  |         | Полдник 5 день                                                                                                 |                      |
|----------------------------------------------------|---------|------------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------|---------|-----------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| Ряженка (кефир)<br>(рецептура № 420)               | 135/150 | Ряженка (кефир)<br>(рецептура № 420)                 | 135/150 | Ряженка (кефир)<br>(рецептура № 420)       | 135/150 | Ряженка<br>(рецептура № 420)                                    | 135/150 | Ряженка (кефир)<br>(рецептура № 420)                                                                           | 135/150              |
| Кондитерское изделие                               | 7/20    | Булочка домашняя<br>(рецептура 452)                  | 70/70   | Кондитерское изделие                       | 7/20    | Кондитерское изделие                                            | 7/20    | Кондитерское изделие                                                                                           | 7/20                 |
| Свежие фрукты                                      | 80/ 75  | Свежие фрукты                                        | 80/ 75  | Свежие фрукты                              | 60/ 60  | Свежие фрукты                                                   | 85/ 79  | Свежие фрукты                                                                                                  | 80/ 75               |
| Ужин 1 день                                        |         | Ужин 2 день                                          |         | Ужин 3 день                                |         | Ужин 4 день                                                     |         | Ужин 5 день                                                                                                    |                      |
| Яйцо варёное<br>(рецептура № 227)                  | 35/35   | Кондитерское изделие                                 | 10/15   | Салат из овощей<br>(рецептура № по сезону) | 70/50   | Яйцо вареное                                                    | 35/35   | Салат из овощей<br>(рецептура № по сезону)                                                                     | 50/50                |
| Икра свекольная<br>(рецептура №55)                 | 160/200 | Каша пшенная<br>молочная жидкая<br>(рецептура № 199) | 200/250 | Омлет с сыром<br>(рецептура № 230)         | 150/190 | Суп молочный с<br>макаронными<br>изделиями<br>(рецептура № 100) | 200/250 | Запеканка<br>картофельная с<br>печенью (рецептура<br>№ 308)<br>Соус томатный с<br>овощами (рецептура<br>№ 349) | 180/200<br><br>20/20 |
| Кофейный напиток с<br>молоком<br>(рецептура № 414) | 200/200 | Какао с молоком<br>(рецептура № 416)                 | 200/200 | Чай с сахаром<br>(рецептура № 411)         | 200/200 | Кофейный напиток с<br>молоком<br>(рецептура № 414)              | 200/200 | Какао с молоком<br>(рецептура № 416)                                                                           | 200/200              |
| Хлеб пшеничный                                     | 10/20   |                                                      |         | Хлеб пшеничный                             | 10/20   |                                                                 |         | Хлеб пшеничный                                                                                                 | 10/20                |

| Понедельник 6 день                                          |                   |                                                         | Вторник 7 день        |                                       |         | Среда 8 день                                         |                   |                                         | Четверг 9 день        |                   |  | Пятница 10 день                                    |                   |  |
|-------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------|---------------------------------------|---------|------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------|-----------------------|-------------------|--|----------------------------------------------------|-------------------|--|
| Наименование<br>блюда                                       | Выход<br>ясли/сад |                                                         | Наименование<br>блюда | Выход<br>ясли/сад                     |         | Наименование<br>блюда                                | Выход<br>ясли/сад |                                         | Наименование<br>блюда | Выход<br>ясли/сад |  | Наименование<br>блюда                              | Выход<br>ясли/сад |  |
| 1                                                           | 2                 | 3                                                       | 4                     | 5                                     | 6       | 7                                                    | 8                 | 9                                       | 10                    |                   |  |                                                    |                   |  |
| Завтрак 6 день                                              |                   |                                                         | Завтрак 7 день        |                                       |         | Завтрак 8 день                                       |                   |                                         | Завтрак 9 день        |                   |  | Завтрак 10 день                                    |                   |  |
|                                                             |                   |                                                         |                       |                                       |         | Запеканка из творога<br>с рисом (рецептура<br>№ 250) | 130/155           |                                         |                       |                   |  | Сырники из творога<br>(рецептура № 245)            | 110/150           |  |
| Каша рассыпчатая<br>пшеница с фруктами<br>(рецептура № 181) | 130/180           | Яйцо вареное<br>(рецептура № 227)                       | 35/35                 | сметана                               | 20/20   |                                                      |                   | Картофель отварной<br>(рецептура № 336) | 120/150               |                   |  | сметана                                            | 20/20             |  |
| Чай с сахаром<br>(рецептура № 411)                          | 200/200           | Икра кабачковая<br>консервированная<br>(рецептура № 57) | 150/180               | Какао с молоком<br>(рецептура № 642)  | 200/200 |                                                      |                   | Рыба отварная<br>(рецептура № 256)      | 90/90                 |                   |  | Кофейный напиток с<br>молоком<br>(рецептура № 414) | 200/200           |  |
| Бутерброд с сыром<br>(рецептура № 3)                        | 36/47             | Кофейный напиток с<br>молоком<br>(рецептура № 414)      | 200/200               | Бутерброд с маслом<br>(рецептура № 1) | 28/30   |                                                      |                   | Чай с сахаром<br>(рецептура № 411)      | 200/200               |                   |  | Бутерброд с маслом<br>(рецептура № 1)              | 28/30             |  |
|                                                             |                   | Бутерброд с маслом<br>(рецептура № 1)                   | 28/40                 |                                       |         |                                                      |                   | Бутерброд с сыром<br>(рецептура № 3)    | 36/48                 |                   |  |                                                    |                   |  |
| Второй завтрак 6 день                                       |                   |                                                         | Второй завтрак 7 день |                                       |         | Второй завтрак 8 день                                |                   |                                         | Второй завтрак 9 день |                   |  | Второй завтрак 10 день                             |                   |  |
| Сок или напиток                                             | 95/100            | Сок или напиток                                         | 100/100               | Сок или напиток                       | 100/100 | Сок или напиток                                      | 100/100           | Сок или напиток                         | 90/100                |                   |  | Сок или напиток                                    | 90/100            |  |

| Обед 6 день                                      |         | Обед 7 день                                     |         | Обед 8 день                                                  |         | Обед 9 день                                      |         | Обед 10 день                                        |         |
|--------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------------------------|---------|--------------------------------------------------|---------|-----------------------------------------------------|---------|
| Салат из овощей<br>(рецептура № по сезону)       | 50/50   | Салат из овощей<br>(рецептура № по сезону)      | 50/50   | Салат из овощей<br>(рецептура № по сезону)                   | 50/50   | Салат из овощей<br>(рецептура № по сезону)       | 50/50   | Салат из овощей<br>(рецептура № по сезону)          | 50/50   |
| Борщ с капустой и картофелем<br>(рецептура № 63) | 150/200 | Суп картофельный с бобовыми<br>(рецептура № 87) | 150/200 | Суп картофельный с макаронными изделиями<br>(рецептура № 88) | 150/200 | Борщ с капустой и картофелем<br>(рецептура № 63) | 150/250 | Расольник на мясном бульоне (рецептура № 80)        | 150/200 |
| Плов из мяса<br>(рецептура № 295)                | 150/200 | Рыба припущенная<br>(рецептура № 259)           | 70/80   | Котлета рубленая из кур<br>(рецептура № 324)                 | 60/80   | Макаронник с печенью (рецептура № 309)           | 160/210 | Бефстроганов из отварного мяса<br>(рецептура № 294) | 70/70   |
|                                                  |         | гарнир - пюре картофельное<br>(рецептура № 339) | 120/150 | Гарнир- каша крупяная вязкая<br>(рецептура № 331)            | 100/130 |                                                  |         | гарнир - пюре картофельное<br>(рецептура № 339)     | 120/150 |
| Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)      | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)     | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)                  | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)      | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)         | 150/200 |
| Хлеб пшеничный                                   | 35/39   | 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   |
| Полдник 6 день                                   |         | Полдник 7 день                                  |         | Полдник 8 день                                               |         | Полдник 9 день                                   |         | Полдник 10 день                                     |         |
| Ряженка (кефир)<br>(рецептура № 645)             | 135/150 | Ряженка<br>(рецептура № 645)                    | 135/150 | Ряженка (кефир)<br>(рецептура № 645)                         | 135/150 | Ряженка (кефир)<br>(рецептура № 645)             | 135/150 | Ряженка (кефир)<br>(рецептура № 645)                | 135/150 |
| Кондитерское изделие                             | 7/20    | Кондитерское изделие                            | 7/20    | Кондитерское изделие                                         | 7/20    | Булочка домашняя<br>(рецептура 452)              | 70/70   | Кондитерское изделие                                | 7/20    |

|                                                    |         |                                      |         |                                            |         |                                                      |         |                                                 |         |
|----------------------------------------------------|---------|--------------------------------------|---------|--------------------------------------------|---------|------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------|---------|
| Свежие фрукты                                      | 80/ 80  | Свежие фрукты                        | 80/ 80  | Свежие фрукты                              | 80/ 75  | Свежие фрукты                                        | 80/ 75  | Свежие фрукты                                   | 60/ 60  |
| <b>Ужин 6 день</b>                                 |         | <b>Ужин 7 день</b>                   |         | <b>Ужин 8 день</b>                         |         | <b>Ужин 9 день</b>                                   |         | <b>Ужин 10 день</b>                             |         |
| Салат из овощей<br>(рецептура № по сезону)         | 50/50   | Рагу из овощей<br>(рецептура № 148)  | 200/220 | Салат из овощей<br>(рецептура № по сезону) | 50/50   | Кондитерское изделие                                 | 10/230  | Яйцо вареное<br>(рецептура № 227)               | 35/35   |
| Оладьи<br>(рецептура № 432)                        | 150/160 | Кондитерское изделие                 |         |                                            |         |                                                      |         | Котлета капустная<br>(рецептура № 155)          | 170/170 |
| Повидло                                            | 10/20   |                                      |         | Омлет натуральный<br>(рецептура № 229)     | 180/180 | Каша овсяная<br>молочная жидкая<br>(рецептура № 199) | 200/250 | Соус томатный с<br>овощами (рецептура<br>№ 349) | 20/20   |
| Кофейный напиток с<br>молоком<br>(рецептура № 414) | 200/200 | Какао с молоком<br>(рецептура № 416) | 200/200 | Чай с сахаром<br>(рецептура № 411)         | 200/200 | Кофейный напиток с<br>молоком<br>(рецептура № 637)   | 200/200 | Какао с молоком<br>(рецептура № 416)            | 200/200 |
|                                                    |         | Хлеб пшеничный                       | 10/20   | Хлеб пшеничный                             | 10/20   |                                                      |         | Хлеб пшеничный                                  | 10/20   |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 640527729349926770582792246281479462382890807231

Владелец Антонюк Татьяна Вячеславовна

Действителен с 23.09.2025 по 23.09.2026