

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
«Детский сад №264»

О.В. Ишутина
приказ №20–осн. от 30.01.2026

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №264»

Основное организованное меню
МАДОУ «Детский сад №264»
Возрастная категория: от 2 до 3х лет и от 3х до 7 лет

Неделя 1 День 1

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У				
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак		200									
Каша манная на молоке со сливочным маслом	150	140	4,63	5,26	7,56	8,6	34,17	37,95	154	192	№1
Бутерброд со сливочным маслом	20/5	30/7	1,65	2,47	4,225	5,975	9,27	13,898	81,1	118	№11
Чай с сахаром и молоком	160	160	2,35	2,37	2,07	2,08	11,31	14,31	83	83	№13
Фрукты свежие	95	100	1	1,03	1	1,03	23,94	25,2	44,65	47	№17
Итог за завтрак	430	497	9,63	11,13	14,855	17,685	78,69	91,358	362,75	440	
Обед											
Суп фасолевый со сметаной с мясом кур	150	180	5,62	6,98	3,157	4,42	12	16,182	102,8	130,975	№18
Капуста тушеная	110	130	3,08	3,64	5,72	6,76	14,699	17,277	68,2	78,52	№28
Котлета из говядины	50	70	3,125	4,55	3,75	5,25	2,5	3,5	99,38	123,375	№29
Рубленные яйца с маслом и луком	30	50	2,94	4,9	4,41	7,35	0,54	0,9	53,7	89,5	№30
Хлеб пшеничный	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9,4	14,1	46,6	69,9	
Хлеб ржаной	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9	13,5	44	66	
Компот из сушеных фруктов	180	180	0,18	0,22	0,02	0,02	9,71	11,89	101,7	101,7	№51
Итог за Обед	560	670	18,295	25,27	17,457	24,4	68,969	90,449	516,68	660	
Полдник											
Кондитерские изделия (пряник/печенье)	30	50	1,12	2,8	1,12	2,8	14,6	36,5	108	177	
Кисломолочный напиток	170	200	5,4	6	4,5	5	7,02	7,8	92	106	№53
Итог за полдник	200	250	6,52	6,8	5,62	7,8	21,62	44,3	200	283	
Ужин											
Макаронные изделия с сыром и сливочным маслом	150	180	4,5	5,4	4,5	5,4	36,65	40,32	200,36	267,2	№55
Икра кабачковая	30	50			2,1	3,5	2,1	3,5	27	45	№36
Хлеб пшеничный	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	44,6	44,6	
Хлеб ржаной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9	9	44	44	
Чай с сахаром	180	180	0,06	0,06	0,02	0,02	9,99	9,99	40	40	№64
Итог за ужин	400	450	7,76	8,66	7,02	9,32	67,14	72,21	359,96	445,2	
ИТОГ	1530	1807	42,205	51,86	44,952	59,205	236,419	298,317	1453,39	1828,2	

Неделя 1 День 2

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У				
	ясли	сад	ясли	сад		сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Запеканка из творога	100	100	17,54	17,54	12,05	12,05	17,15	17,15	131,25	170,625	№2
Повидло	20	20	0	0	0	0	10	10	40	40	
Бутерброд со сливочным маслом	20/5	30/7	1,65	2,47	4,225	5,975	9,27	13,898	81,1	118	№11
Кофейный напиток с молоком	150	150	2,34	2,34	2	2	10,63	10,63	70	70	№14
Фрукты свежие	95	100	1	1,03	1	1,03	23,94	25,2	44,65	47	№17
Итог за завтрак	390	407	22,53	23,38	19,275	21,055	70,99	76,878	367	445,625	
Обед											
Борщ со сметаной с мясом кур	150	180	4,29	5,1	6,49	7,3	7,92	9,61	115,125	138,15	№19
Мясо говядины тушеное в соусе	50	70	7,85	10,99	11	15,4	2,45	3,43	100,2	195,45	№31
Каша гречневая рассыпчатая	110	130	3,355	3,969	3,674	4,342	15,048	17,784	106,7	126,1	№32
Овощи отварные порционно (морковь)	30	50	0,351	0,585	0,03	0,05	1,701	2,835	8,499	14,165	№33
Хлеб пшеничный	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9,4	14,1	46,6	69,9	
Хлеб ржаной	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9	13,5	44	66	
Кисель из повидла	150	180	0,6	0,72			16,7	19,98	67,1	80,46	№50
Итог за обед	600	690	19,646	26,164	21,594	27,692	62,219	81,239	527,634	690,225	
Полдник											
Выпечка (булочка Школьная)	50	60	3,64	4,37	1,6	2,51	26,96	33,35	148	177,6	№52
Сок	150	190	0	0	0	0	21,6	24	72	91,2	
Итог за полдник	200	250	3,64	4,37	1,6	2,51	48,56	57,35	220	268,8	
Ужин											
Овощное рагу	180	210	2,23	2,68	4,04	4,71	10,16	11,85	238,4	295,4	№56
Хлеб пшеничный	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	44,6	44,6	
хлеб ржаной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9	9	44	44	
Чай с сахаром	180	200	0,06	0,07	0,02	0,02	9,99	11,1	40	44	№64
Итог за ужин	400	450	5,49	5,95	4,46	5,13	38,55	41,35	367	428	
ИТОГ	1590	1797	51,306	116,793	46,929	56,387	220,319	256,817	1458,224	1796,76	

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У				
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Каша пшеничная на цельном йодированном молоке,	130	150	4,7	5,7	7,6	9,4	34,4	41,36	106,425	148,445	№3
Бутерброд со сливочным маслом и сыром	20/5/5	30/7/7	2,775	4,045	5,65	7,97	9,27	13,898	95,425	138,055	№12
Яйцо отварное	25	25	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	31,5	31,5	№16
Какао с сахаром и молоком	150	180	3,15	3,67	2,72	3,19	12,96	15,82	89	47	№15
Фрукты свежие	95	100	1	1,03	1	1,03	23,94	25,2	44,65	52	№17
Итог за завтрак	410	479	16,705	19,525	21,57	26,19	80,85	96,558	367	472	
Обед											
Суп Московский со сметаной с мясом кур	150	180	2,82	3,384	2,748	3,2976	11,55	13,86	80,55	96,66	№20
Печень по строгановски	60	80	7,956	10,608	6,738	8,984	2,112	2,816	111	148	№34
Пюре картофельное	110	130	2,178	2,574	1,76	2,08	16,83	19,89	96,8	114,4	№35
Кабачковая икра	30	50	0	0	2.1	3.5	2.1	3.5	27	45	№36
Хлеб пшеничный	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9,4	14,1	46,6	69,9	
Хлеб ржаной	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9	13,5	44	66	
Компот из сушеных фруктов	150	180	0,18	0,22	0,01	0,01	9,71	11,89	84,75	101,7	№51
Итог за обед	540	680	16,484	21,766	13,766	18,4816	71,822	92,656	490,7	641,66	
Полдник											
Кондитерские изделия (пряник/печенье)	30	50	1,68	2,8	1,68	2,8	21,9	36,5	108	177	
Молоко кипяченое	170	200	5,1	6	4,25	5	8	9,4	93,5	106	№54
Итог за полдник	200	250	6,78	8,8	5,93	37,7	29,9	45,9	201,5	283	
Ужин											
Суфле из рыбы с овощами	180	210	19,62	22,89	7,02	8,19	8,1	9,45	244,2	301,4	№57
Хлеб пшеничный	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	44,6	44,6	
Хлеб ржаной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9	9	44	44	
Чай с сахаром и лимоном	180	200	0,09	0,1	0	0	8,46	9,4	34,2	38	№65
Итог за ужин	400	450	22,91	26,19	7,42	8,59	34,96	37,25	367	428	
ИТОГ	1550	1859	62,879	76,281	48,686	90,9616	217,532	272,364	1426,2	1824,66	

Неделя 1 День 4

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У				
	ясли	сад	ясли	сад		сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Каша пшеничная на цельном йодированном молоке	130	150	4,8	5,9	7,8	9,6	35,4	42,6	138	159	№4
Бутерброд со сливочным маслом	20/5	30/7	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	81	118	№11
Кофейный напиток с молоком	150	180	2,34	2,34	2	2	10,63	10,63	70	104	№14
Фрукты свежие	95	100	1	1,03	1	1,03	23,94	25,2	44,65	47	№17
Итог за завтрак	400	467	97,178	14,35	15,4	17,23	70,25	78,71	333,65	428	
Обед											
Суп из овощей со сметаной с мясом кур	150	180	4,14	4,961	3,276	3,9312	8,124	9,7488	80,44	96,5	№21
Тефтели мясные	50	70	6,32	8,85	4,74	6,64	3,23	4,53	84,36	118,11	№37
Пюре гороховое	110	130	11,88	14,04	0,583	0,689	26,697	31,551	159,5	188,5	№38
Лучок с маслом	30	50	0,532	0,665	2,472	3,09	3,895	4,9	33	38	№39
Хлеб пшеничный	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9,4	14,1	46,6	69,9	
Хлеб ржаной	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9	13,5	44	66	
Кисель из повидла	150	180	0,6	0,72			16,7	19,98	67,1	80,46	№50
Итог за обед	530	670	26,672	34,036	11,471	14,9502	77,028	98,3098	515	657,47	
Полдник											
Выпечка	50	60	3,64	4,37	1,6	2,51	26,96	33,35	148	177,6	№52
Сок	150	190	0	0	0	0	21,6	24	72	91,2	
Итог за полдник	200	250	3,64	4,37	1,6	2,51	48,56	57,35	220	268,8	
Ужин											
Омлет натуральный	160	180	3,2	3,6	4,8	5,4	12,8	14,4	197,501	256,43	№58
Овощи отварные порционно морковь	20	40	0,351	0,585	0,03	0,05	1,701	2,835	8,499	14,165	№33
Хлеб пшеничный	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	44,6	44,6	
Хлеб ржаной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9	9	44	44	
Чай с сахаром и молоком	180	190	3,17	2,82	2,8	2,47	13,572	15,105	72,4	81,7	№13
Итого за ужин	400	450	18,381	20,285	42,61	47,74	37,611	39,94	367	440,895	
ИТОГ	1530	1837	145,871	73,041	71,081	82,4302	233,449	274,3098	1435,65	1795,165	

Неделя 1 День 5

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У				
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Суп молочный с макаронными изделиями	130	150	3,6	4,9	1,69	2,75	34,37	41,12	103,95	153,945	№5
Бутерброд со сливочным маслом и сыром	20/5/5	30/7/7	2,775	4,045	5,65	7,97	9,27	13,898	95,425	138,055	№12
Какао с сахаром и молоком	150	150	3,15	3,15	2,72	2,72	12,96	12,96	89	89	№15
Фрукты свежие	95	100	1	1,03	1	1,03	23,94	25,2	44,65	52	№17
Итог за завтрак	405	444	10,525	13,125	10,06	14,47	80,54	93.178	333	428	
Обед											
Суп Паутинка со сметаной на курином бульоне	150	180	3,83	5,11	3,84	6,95	15,48	16,64	89,4375	139,28	№22
Плов с курицей	160	180	7	12	15,7	18,48	28,43	33,45	245,6125	310,12	№40
Огурец соленый порционно	30	50	0,24	0,4	0,03	0,07	0,51	0,85	3,6	6	
Хлеб пшеничный	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9,4	14,1	46,6	69,9	
Хлеб ржаной	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9	13,5	44	66	
Компот из сушеных фруктов	150	180	0,18	0,22	0,01	0,01	9,71	11,89	39,67	48,74	№51
Итог за обед	530	650	20,368	23,972	17,793	24,522	91,374	115,743	514	661	
Полдник											
Батон с повидлом	30/20	40/20	2,4	3,2	0,9	1,2	21,8	26,4	117,5	152,2	№66
Молоко кипяченое	150	190	5,1	6	4,25	5	8	9,4	82,5	104,5	№54
Итог за полдник	200	25	7,5	9,2	5,15	6,2	29,8	35,8	200	257	
Ужин											
Картофельное пюре	150	160	2,97	3,168	2,4	2,56	22,95	24,48	136,742	210,87	№35/1
Икра овощная из свежих овощей тушеная	50	70	0,55	0,77	1,4	1,96	3,1	4,34	30,85	43,19	№59
Хлеб пшеничный	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	44,6	44,6	
Хлеб ржаной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9	9	44	44	
Сок	180	200	0	0	0	0	21,6	24	76,808	85,34	
Итог за ужин	420	470	4,54	5,37	1,6	2,51	45,14	53,55	333	428	
ИТОГ	1555	1814	45,9515	56,3057	44,4995	58,4385	213,153	272,407	1380	1774	

Неделя 2 День 1

[illegible]

Неделя 2 День 2

[illegible]

Неделя 2 День 3

[illegible]

Неделя 2 День 4

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У				
	ясли	сад	ясли	сад		сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Запеканка из творога с изюмом со сгущённым молоком	130	150	16,9	19,5	13	15	42,9	49,5	152,25	174	№9
Бутерброд со сливочным маслом	20/5	30/7	1,65	2,47	4,225	5,975	9,27	13,898	81,1	118	№11
Какао с сахаром и с молоком	150	180	3,15	3,15	2,72	2,72	12,96	12,96	89	89	№15
Фрукты свежие	95	100	1	1,03	1	1,03	23,94	25,2	49,4	52	№17
Итог за завтрак	400	467	9,8055	13,088	14,587	19,03	40,14	53,722	454,5	516	
Обед											
Свекольник со сметаной на курином бульоне	150	180	1,36	1,63	3,3	4	17,74	21,29	145,9	183,84	№26
Гуляш из мяса говядины	60	80	9,4	12,53	13,13	17,73	2,93	3,9	72	96	№47
Каша рассыпчатая перловая с маслом	110	130	3,3	3,9	5,5	6,5	22	26	156,2	184,6	№48
Огурец соленый порционно	30	50	0,24	0,4	0,03	0,07	0,51	0,85	3,6	6	
Хлеб пшеничный	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9,4	14,1	46,6	69,9	
Хлеб ржаной	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9	13,5	44	66	
Кисель из варенья	150	180	0,6	0,72			16,7	19,98	67,1	80,46	№50
Итог за обед	540	680	15,67	19,159	16,039	21,665	65,563	85,114	514	661	
Полдник											
Выпечка	50	60	3,64	4,37	1,6	2,51	26,96	33,35	143,34	214,8	№52
Сок	150	190	0	0	0	0	21,6	24	86,4	96	
Итог за полдник	200	250	3,64	4,37	1,6	2,51	48,56	57,35	220	268,8	
Ужин											
Омлет натуральный	150	160	11,4	12,16	36	36,4	3,6	3,84	223,4	314,3	№58
Кукуруза/горошек	30	50	0,6	1			3,3	5,5	15	25,1	№62
Хлеб пшеничный	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	44,6	44,6	
Хлеб ржаной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9	9	44	44	
Чай с сахаром	180	200	0,06	0,07	0,02	0,02	9,99	11,1	40	44	№64
Итог за ужин	400	450	71,55	22,922	7,213	10,492	59,332	77,058	367	472	
ИТОГ	1540	1847	47,818	60,971	51,232	61,455	218,165	233,434	1468	1829,8	

Неделя 2 День 5

Прием пищи. Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Б		Ж		У				
	ясли	сад	ясли	сад		сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом	130	150	4,8	5,9	7,8	9,6	35,44	42,6	155,428	206,25	№10
Бутерброд со сливочным маслом	20/4	30/7	1,65	2,47	4,225	5,975	9,27	13,898	81,1	118	№12
Кофейный напиток с молоком	150	150	2,34	2,34	2	2	10,63	10,63	70	70	№14
Фрукты свежие	95	100	0,38	0,4	0,38	0,4	9,31	9,8	41,8	44	№17
Итог за завтрак	404	444	10,44	12,168	15,582	18,154	46,675	59,822	367	464,658	
Обед											
Суп рассольник со сметаной с мясом кур	150	180	2,535	3,042	1,425	1,71	9,18	11,016	71,55	94,74	№27
Рагу овощное с мясом говядины	160	200	10,25	15,96	10,5	13,19	40,20	49,36	214,59	290,66	№49
Лучок с маслом	30	50	0,532	0,665	2,472	3,09	3,895	4,9	33	38	№39
Хлеб пшеничный	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9,4	14,1	46,6	69,9	
Хлеб ржаной	20	30	1,6	2,4	0,2	0,3	9	13,5	44	66	
Компот из сушеных фруктов	150	180	0,18	0,22	0,01	0,01	9,71	11,89	39,67	48,74	№51
Итог за обед	530	670	17,483	24,933	15,528	17,951	89,424	115,61	494,49	661	
Полдник											
Батон с повидлом	30/16	40/16	2,4	3,2	0,9	1,2	21,8	26,4	117,5	152,2	№66
Молоко кипяченое	180	200	5,1	6	4,25	5	8	9,4	82,5	104,5	№54
Итог за полдник	226	256	7,5	9,2	5,15	6,2	29,8	35,8	200	257	
Ужин											
Запеканка из печени с рисом и овощами	130	160	15,99	19,68	6,409	7,888	17,771	21,872	193,4	237,872	№63
Кабачковая икра	50	50	0	0	3,5	3,5	3,5	3,5	45	45	№36
Хлеб пшеничный	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	44,6	44,6	
Хлеб ржаной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9	9	44	44	
Чай с сахаром	180	200	0,06	0,07	0,02	0,02	9,99	11,1	40	44	№64
Итог за ужин	400	450	19,863	27,895	9,913	9,143	44,317	53,777	367	430,339	
ИТОГ	1560	1820	55,5865	74,156	46,793	51,848	215,328	270,269	1428,49	1735,963	