

Заведующий МБДОУ № 2 г. Азова

УТВЕРЖДАЮ:
Е.А. Максимченко
Приказ № 40 от 01.04.2026 года



Примерное 10 - дневное меню для организации питания детей от 1,5 до 7 лет МБДОУ № 2 г. Азова

(Составлено на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения",
сборника рецептов на продукцию для питания детей в ДОО (под редакцией М. П. Могильного, 2015)

| 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 овсяная с фруктами (№ 167) | 150/250 | Каша манная молочная жидкая (№ 416) | 150/205 | Лапшевник с творогом (№ 212) | 130/150 | Пюре картофельное (№ 321) | 120/140 | Вареники ленивые (отварные) (№ 230) | 110/150 |
| | | | | Сметана (№ 15) | 20/25 | Сельдь с луком (№ 83) | 45/50 | Сметана (№ 15) | 20/25 |
| Чай с сахаром (№ 392) | 150/250 | Кофейный напиток с молоком (№ 395) | 150/250 | Какао с молоком (№ 397) | 150/250 | Кофейный напиток с молоком (№ 395) | 150/250 | Чай с сахаром (№ 392) | 150/250 |
| Бутерброд с маслом (№ 1) | 28/30 | Бутерброд с маслом (№ 1) | 28/30 | Бутерброд с маслом (№ 1) | 28/30 | Бутерброд с сыром (№ 12) | 36/42 | Бутерброд с маслом (№ 1) | 28/30 |
| | | | | | | Хлеб пшеничный (№ 9) | 10/20 | | |
| Второй завтрак 1 день | | Второй завтрак 2 день | | Второй завтрак | | Второй завтрак 4 день | | Второй завтрак 5 день | |
| Соки фруктовые (№ 399) | 100/100 | Соки фруктовые (№ 399) | 100/100 | Соки фруктовые (№ 399) | 100/100 | Соки фруктовые (№ 399) | 100/100 | Соки фруктовые (№ 399) | 100/100 |

| Обед 1 день | | Обед 2 день | | Обед 3 день | | Обед 4 день | | Обед 5 день | |
|---|-----------------------------------|---|-----------------------------------|---|-----------------------------------|---|-----------------------------------|---|-----------------------------------|
| Огурец соленый (№ 8) | 40/50 | Салат из белокочанной капусты (№ 2) | 50/50 | Огурец соленый (№ 8) | 40/50 | Помидор соленый (№ 14) | 40/50 | | |
| Борщ с капустой и картофелем (№ 57) | 150/250 | Суп картофельный с клецками (№ 85) | 150/250 | Борщ с капустой и картофелем (№ 57) | 150/250 | Борщ летний (со свеклой) (№ 64) | 150/250 | Суп перловый на м/б (№ 91) | 150/250 |
| Котлета рубленая (№ 282) | 60/80 | Плов из птицы (№ 304) | 150/200 | Котлета рыбная запеченная (№ 255) | 60/70 | Тефтели мясные (№ 287) | 60/80 | Гуляш из отварного мяса (№ 277) | 50/70 |
| | | | | | | Соус томатный с овощами (№ 349) | 20/20 | | |
| Гарнир- каша пшеничная вязкая (№ 181) | 120/150 | | | Гарнир – пюре картофельное (№ 321) | 120/140 | Гарнир - каша пшеничная вязкая (№ 184) | 120/130 | Тушенная капуста (№ 132) | 100/150 |
| Компот из сушеных фруктов (№ 376) | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (№ 376) | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (№ 376) | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (№ 376) | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (№ 376) | 150/200 |
| Хлеб пшеничный (№ 9) | 30/40 | Хлеб пшеничный (№ 9) | 30/40 | Хлеб пшеничный (№ 9) | 30/40 | Хлеб пшеничный (№ 9) | 30/40 | Хлеб пшеничный (№ 9) | 30/40 |
| Хлеб ржаной (№ 11) | 40/50 | Хлеб ржаной (№ 11) | 40/50 | Хлеб ржаной (№ 11) | 40/50 | Хлеб ржаной (№ 11) | 40/50 | Хлеб ржаной (№ 11) | 40/50 |
| Полдник 1 день | | Полдник 2 день | | Полдник 3 день | | Полдник 4 день | | Полдник 5 день | |
| Кефир (№ 401) | 135/150 | Кефир (№ 401) | 135/150 | Кефир (№ 401) | 135/150 | Кефир (№ 401) | 135/150 | Кефир (№ 401) | 135/150 |
| Печенье (№ 4) | 10/20 | Пирожки печеные с повидлом (№ 454) | 70/80 | Печенье (№ 4) | 10/20 | Печенье (№ 4) | 10/20 | Печенье (№ 4) | 10/20 |
| Свежие фрукты (яблоки № 5, мандарины № 34, бананы № 32, апельсины № 30) | 80/ 80 74/74 70/70 67/67 | Свежие фрукты (яблоки № 5, мандарины № 34, бананы № 32, апельсины № 30) | 80/ 80 74/74 70/70 67/67 | Свежие фрукты (яблоки № 5, мандарины № 34, бананы № 32, апельсины № 30) | 80/ 80 74/74 70/70 67/67 | Свежие фрукты (яблоки № 5, мандарины № 34, бананы № 32, апельсины № 30) | 80/ 80 74/74 70/70 67/67 | Свежие фрукты (яблоки № 5, мандарины № 34, бананы № 32, апельсины № 30) | 80/ 80 74/74 70/70 67/67 |
| Ужин 1 день | | Ужин 2 день | | Ужин 3 день | | Ужин 4 день | | Ужин 5 день | |
| Салат из свеклы (№ 33) | 50/50 | | | Салат из белокочанной капусты (№ 2) | 50/50 | | | | |
| Яйца варёные (№ 213) | 35/35 | Рагу из овощей (№ 344) | 160/200 | Омлет с сыром (№ 216) | 120/160 | Суп молочный с макаронными изделиями (№ 93) | 180/250 | Яйца варёные (№ 213) | 35/35 |
| Макаронные изделия отварные с маслом (№ 205) | 120/150 | | | | | | | Пюре картофельное (№ 321) | 120/140 |
| Кофейный напиток с молоком (№ 395) | 150/250 | Чай с сахаром (№ 392) | 150/250 | Кофейный напиток с молоком (№ 395) | 150/250 | Чай с сахаром (№ 392) | 150/250 | Какао с молоком (№ 397) | 150/250 |
| Хлеб пшеничный (№ 9) | 10/20 | Хлеб пшеничный (№ 9) | 10/20 | Хлеб пшеничный (№ 9) | 10/20 | | | Хлеб пшеничный (№ 9) | 10/20 |

| Понедельник 6 день | | Вторник 7 день | | Среда 8 день | | Четверг 9 день | | Пятница 10 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 6 день | | Завтрак 7 день | | Завтрак 8 день | | Завтрак 9 день | | Завтрак 10 день | |
| Каша рассыпчатая пшеница с фруктами (№ 167) | 150/250 | Макаронные изделия отварные с сыром (№ 206) | 130/150 | Сырники из творога (№ 231) | 110/150 | Каша гречневая молочная жидкая (№ 414) | 150/250 | Запеканка рисовая с творогом (№ 189) | 120/150 |
| | | | | Сметана (№ 15) | 20/25 | | | Сметана (№ 15) | 20/25 |
| Чай с сахаром (№ 392) | 150/250 | Какао с молоком (№ 397) | 150/250 | Кофейный напиток с молоком (№ 395) | 150/250 | Кофейный напиток с сахаром (№ 395) | 200/250 | Какао с молоком (№ 397) | 150/250 |
| Бутерброд с сыром (№ 12) | 36/42 | Бутерброд с маслом (№ 1) | 28/30 | Бутерброд с маслом (№ 1) | 28/30 | Бутерброд с сыром (№ 12) | 36/42 | Бутерброд с маслом (№ 1) | 28/30 |
| Второй завтрак 6 день | | Второй завтрак 7 день | | Второй завтрак 8 день | | Второй завтрак 9 день | | Второй завтрак 10 день | |
| Соки фруктовые (№ 399) | 100/100 | Соки фруктовые (№ 399) | 100/100 | Соки фруктовые (№ 399) | 100/100 | Соки фруктовые (№ 399) | 100/100 | Соки фруктовые (№ 399) | 100/100 |
| Обед 6 день | | Обед 7 день | | Обед 8 день | | Обед 9 день | | Обед 10 день | |
| Салат из квашенной капусты (№ 16) | 40/50 | Салат из квашенной капусты (№ 16) | 40/50 | Салат из соленых огурцов с луком (№ 17) | 40/50 | Салат из свеклы с зеленым горошком (№ 34) | 40/50 | Помидор соленый (№ 14) | 40/50 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями (№ 82) | 150/250 | Суп картофельный с крупой (рис, пшено) (№ 80) | 150/250 | Борщ с капустой и картофелем (№ 57) | 150/250 | Суп картофельный с бобовыми (горох) (№ 81) | 150/250 | Борщ с капустой и картофелем (№ 57) | 150/250 |
| Котлета рубленая (№ 282) | 60/80 | Гуляш из отварного мяса кур (№ 18) | 50/70 | Рыба припущенная (№ 245) | 65/70 | Плов из мяса (№ 304) | 150/200 | Оладьи из печени (№ 290) | 100/120 |
| Гарнир – каша ячневая вязкая (№ 184) | 120/150 | Гарнир – каша гречневая вязкая (№ 184) | 120/150 | Гарнир – пюре картофельное (№ 321) | 120/140 | | | Гарнир – пюре картофельное (№ 321) | 100/130 |
| Компот из сушеных фруктов (№ 376) | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (№ 376) | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (№ 376) | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (№ 376) | 150/200 | Компот из сушеных фруктов (№ 376) | 150/200 |
| Хлеб пшеничный (№ 9) | 30/40 | Хлеб пшеничный (№ 9) | 30/40 | Хлеб пшеничный (№ 9) | 30/40 | Хлеб пшеничный (№ 9) | 30/40 | Хлеб пшеничный (№ 9) | 30/40 |
| Хлеб ржаной (№ 11) | 40/50 | Хлеб ржаной (№ 11) | 40/50 | Хлеб ржаной (№ 11) | 40/50 | Хлеб ржаной (№ 11) | 40/50 | Хлеб ржаной (№ 11) | 40/50 |

| Полдник 6 день | | Полдник 7 день | | Полдник 8 день | | Полдник 9 день | | Полдник 10 день | |
|---|----------------------------------|---|----------------------------------|---|----------------------------------|---|----------------------------------|---|----------------------------------|
| Кефир (№ 401) | 135/150 | Кефир (№ 401) | 135/150 | Кефир (№ 401) | 135/150 | Кефир (№ 401) | 135/150 | Кефир (№ 401) | 135/150 |
| Печенье (№ 4) | 10/20 | Пряник (№ 20) | 15/30 | Пряник (№ 20) | 15/30 | Булочка домашняя (№ 469) | 70/80 | Пряник (№ 20) | 15/30 |
| Свежие фрукты (яблоки № 5, мандарины № 34, бананы № 32, апельсины № 30) | 80/80 74/74 70/70 67/67 | Свежие фрукты (яблоки № 5, мандарины № 34, бананы № 32, апельсины № 30) | 80/80 74/74 70/70 67/67 | Свежие фрукты (яблоки № 5, мандарины № 34, бананы № 32, апельсины № 30) | 80/80 74/74 70/70 67/67 | Свежие фрукты (яблоки № 5, мандарины № 34, бананы № 32, апельсины № 30) | 80/80 74/74 70/70 67/67 | Свежие фрукты (яблоки № 5, мандарины № 34, бананы № 32, апельсины № 30) | 80/80 74/74 70/70 67/67 |
| Ужин 6 день | | Ужин 7 день | | Ужин 8 день | | Ужин 9 день | | Ужин 10 день | |
| Оладьи (№ 449) | 100/125 | | | Икра кабачковая (консервированная) (№ 53) | 40/50 | Картофель отварной (№ 125) | 110/150 | Икра свекольная (№ 54) | 150/170 |
| Повидло фруктовое (№ 428) | 10/20 | Каша овсяная молочная жидкая (№ 413) | 200/250 | Омлет натуральный (№ 215) | 120/180 | Рыба отварная (№ 242) | 60/80 | Яйца варёные (№ 213) | 35/35 |
| Кофейный напиток с молоком (№ 395) | 150/250 | Чай с сахаром (№ 392) | 200/250 | Какао с молоком (№ 397) | 150/250 | Чай с сахаром (№ 392) | 200/250 | Кофейный напиток с сахаром (№ 395) | 200/250 |
| | | | | Хлеб пшеничный (№ 9) | 10/20 | Хлеб пшеничный (№ 9) | 10/20 | Хлеб пшеничный (№ 9) | 10/20 |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 68310291949308261174446458885988728622825444125

Владелец Максимченко Елена Александровна

Действителен с 17.02.2026 по 17.02.2027