

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 26" _____



подпись _____

расшифровка

"29" _____ 2026 год



Акционерное общество "Комбинат питания города Дзержинска"

Директор АО "Комбинат питания г.Дзержинска"

Кузнецов О.В.

"29" _____ 2026 год

ПРИМЕРНОЕ 10 - ДНЕВНОЕ МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет (с 12 часовым пребыванием)

МБДОУ "Детский сад № 2", МБДОУ "Детский сад № 8", МБДОУ "Детский сад № 9", МБДОУ "Детский сад № 10", МБДОУ "Детский сад № 14", МБДОУ "Детский сад № 16", МБДОУ "Детский сад № 17", МБДОУ "Детский сад № 21", МБДОУ "Детский сад № 23", МБДОУ "Детский сад № 25", МБДОУ "Детский сад № 26", МБДОУ "Детский сад № 28", МБДОУ "Детский сад № 36", МБДОУ "Детский сад № 39", МБДОУ "Детский сад № 44", МБДОУ "Детский сад № 50", МБДОУ "Детский сад № 57", МБДОУ "Детский сад № 58", МБДОУ "Детский сад № 61", МБДОУ "Детский сад № 62", МБДОУ "Детский сад № 63", МБДОУ "Детский сад № 65", МБДОУ "Детский сад № 80", МБДОУ "Детский сад № 82", МБДОУ "Детский сад № 85", МБДОУ "Детский сад № 87", МБДОУ "Детский сад № 89", МБДОУ "Детский сад № 90", МБДОУ "Детский сад № 97", МБДОУ "Детский сад № 99", МБДОУ "Детский сад № 100", МБДОУ "Детский сад № 101", МБДОУ "Детский сад № 102", МБДОУ "Детский сад № 103", МБДОУ "Детский сад № 105", МБДОУ "Детский сад № 108", МБДОУ "Детский сад № 109", МБДОУ "Детский сад № 110", МБДОУ "Детский сад № 114", МБДОУ "Детский сад № 115", МБДОУ "Детский сад № 116", МБДОУ "Детский сад № 117", МБДОУ "Детский сад № 118", МБДОУ "Детский сад № 120", МБДОУ "Детский сад № 124", МБДОУ "Детский сад № 125", МБДОУ "Детский сад № 126", МБДОУ "Детский сад № 127", МБДОУ "Детский сад № 128", МБДОУ "Детский сад № 130", МБДОУ "Детский сад № 131", МБДОУ "Детский сад № 132", МБДОУ "Детский сад № 133", МБДОУ "Детский сад № 134", МБДОУ "Детский сад № 135", МБДОУ "Детский сад № 137", МБДОУ "Детский сад № 139", МБДОУ "Детский сад № 140", МБДОУ "Детский сад № 141", МБДОУ "Детский сад № 142", МБДОУ "Детский сад № 143", МБДОУ "Детский сад № 145", МБДОУ "Детский сад № 146", МБДОУ "Детский сад № 147"

Меню разработано на основе Сборника рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях 2016г. (под ред. Могильного М.П. и Тутельяна В.А), Технологических карт (ТТК) АО "Комбинат питания г.Дзержинска"

№ по рецептуре	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал)
----------------	--------------------	-------------	-------	------	----------	----------------------

№6	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00
Пр.пр.	Печенье	20	1,52	3,10	12,72	85,65
№229	Омлет натуральны	150	10,60	17,50	9,80	208,00
№414	Кофейный напиток с молоком	170	2,69	2,28	13,60	85,80
Итого:		345	14,85	26,51	36,19	412,45
Второй завтрак						
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25
Итого:		125	0,10	0,00	14,50	56,25
Обед						
№57	Икра кабачковая консервированная	40	0,64	2,52	2,96	36,52
№88	Суп картофельный с макаронными изделиями на масле бульоне	150	3,90	2,80	20,00	121,00
ТТК	Гуляш из отварного мяса	30/30	15,40	12,40	3,96	189,00
№179	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,88	4,87	30,91	195,00
ТТК	Напиток ягодный	150	0,08	0,08	19,80	81,00
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
Итого:		550	29,00	22,97	90,53	685,52
Полдник						
ТТК	Булочка домашняя	70	4,69	8,82	38,78	253,40
№362	Рагу овощное	120	2,82	5,34	9,90	103,20
№411	Чай с сахаром	150	0,06	0,01	11,00	45,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
Итого:		370	9,97	14,77	76,78	485,6
ВСЕГО		1390	53,92	64,25	218,00	1639,82
ВТОРОЙ ДЕНЬ (ВТОРНИК)						
Питательные вещества						
Эн.	Углеводы	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.	(к/кал)

№ по рецептуре	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал)
----------------	--------------------	-------------	-------	------	----------	----------------------

№1	Бутерброд с маслом	5/25	2,02	3,83	12,10	91,00
№182	Каша кукурузная молочная	150	4,67	4,86	20,94	146,00
№416	Какао с молоком	170	3,50	3,00	14,60	101,00
Итого:		350	10,19	11,69	47,64	338,00
Второй завтрак						
ТТК	Молочный коктейль фасованный	200	5,80	4,00	18,80	134,00
Итого:		200	5,80	4,00	18,80	134,00
Обед						
ТТК	Закуска из отварных овощей	40	0,60	2,56	3,80	40,20
№73	Шн из свежей капусты с картофелем и сметаной	150/7	1,28	3,67	5,57	60,37
№309	Макаронник с маслом сливочным	140/5	16,80	10,99	33,61	295,50
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
Итого:		522	21,02	17,55	70,58	519,67
Полдник						
№441	Ватрушка с творогом	70	9,60	4,30	36,80	211,90
ТТК	Картофель тушеный	120	3,90	7,80	14,30	137,00
№417	Напиток из плодов шиповника	150	0,50	0,23	18,30	77,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
Итого:		370	16,40	12,93	86,50	509,90
ВСЕГО		1442	53,41	46,17	276,84	1501,57

сборнику		Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал)
№ по	Питательные вещества						
ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ (ЧЕТВЕРГ)							
№227	Ябло вареное	30	3,18	2,88	0,18	39,38	
№277	Тфтели рыбные тушеные со сметанным соусом	60/15	7,71	3,14	9,16	96,00	
№218	Макаронные изделия отварные	120	4,40	3,80	25,00	152,80	
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25	
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00	
Итого:		380	17,79	10,42	65,94	428,43	
ВСЕГО		1360	51,50	43,40	178,79	1321,60	
Полдник							
№55	Икра морковная	40	1,70	3,20	4,04	52,00	
№86	Суп картофельный с крупой на курином бульоне	150	1,18	1,64	8,75	55,00	
ТТК	Куриное филе, тушеное с капустой	150	15,90	7,80	13,20	212,70	
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60	
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00	
Итого:		520	21,12	12,97	53,59	443,30	
№227	Ябло вареное	30	3,18	2,88	0,18	39,38	
№277	Тфтели рыбные тушеные со сметанным соусом	60/15	7,71	3,14	9,16	96,00	
№218	Макаронные изделия отварные	120	4,40	3,80	25,00	152,80	
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25	
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00	
Итого:		380	17,79	10,42	65,94	428,43	
ВСЕГО		1360	51,50	43,40	178,79	1321,60	
Обед							
№386	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,30	47,00	
Итого:		100	0,40	0,40	10,30	47,00	
Второй завтрак							
№182	Каша «Аржуба»	105/25	4,34	6,78	12,10	127,00	
№413	Чай с молоком	170	2,53	2,21	13,52	84,15	
Итого:		360	12,19	17,63	48,96	402,87	
№386	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,30	47,00	
Итого:		100	0,40	0,40	10,30	47,00	
Завтрак							
№3	Бульбод с маслом и сыром	105/25	4,34	6,78	12,10	127,00	
№182	Каша «Аржуба»	150	5,32	8,64	23,34	191,72	
№413	Чай с молоком	170	2,53	2,21	13,52	84,15	
Итого:		360	12,19	17,63	48,96	402,87	
№386	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,30	47,00	
Итого:		100	0,40	0,40	10,30	47,00	
Полдник							
№243	Запеканка из творога с морковью, струженное молоко	130/15	19,78	12,60	21,10	288,70	
№413	Чай с молоком	150	2,22	1,95	11,90	74,20	
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00	
Итого:		325	24,40	15,15	50,10	446,90	
ВСЕГО		1357	51,28	50,33	184,61	1381,07	

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ (ВТОРНИК)													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													
ВСЕГО													
Итого:													

№ по рецептуре	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал)	Пшеничные вещества	
ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ (ЧЕТВЕРГ)								
	ВСЕГО	1337	39,35	43,45	195,36	1261,26		
	Итого:	335	16,60	9,03	59,04	383,05		
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00		
№18	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25		
№218	Макаронные изделия отварные	120	4,40	3,80	25,00	152,80		
№284	Суп из рыбы	60	9,70	4,63	2,44	90,00		
Полдник								
	Итого:	527	15,39	12,54	68,46	448,60		
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00		
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60		
№308	Запеканка картофельная с маслом	150	11,10	8,24	26,00	221,00		
№63	Ворш с капустой, картофелем и со сметаной	150/7	1,45	3,93	10,20	83,00		
ТТК	Морковь свежая (термообработанная) порционно	40	0,50	0,04	4,66	21,00		
Обед								
	Итого:	125	0,00	0,00	22,40	89,60		
ТТК	Люте фрутковое фасованное	125	0,00	0,00	22,40	89,60		
Второй завтрак								
	Итого:	350	7,36	12,35	45,46	320,01		
№411	Чай с сахаром	170	0,06	0,01	13,00	51,00		
№100	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,28	8,51	20,36	178,01		
№1	Бутерброд с маслом	525	2,02	3,83	12,10	91,00		
Завтрак								
№ по рецептуре	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал)	Пшеничные вещества	
ВОСЬМОЙ ДЕНЬ (СРЕДА)								
	ВСЕГО	1367	57,96	60,66	184,58	1581,67		
	Итого:	345	21,70	19,30	59,40	495,60		
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00		
№419	Молоко кипяченое	150	5,00	5,80	9,60	107,00		
№226	Лашевник с творогом, со стуженым молоком	150/15	14,30	12,90	32,70	304,60		
Полдник								
	Итого:	562	22,80	22,72	82,75	634,11		
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00		
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60		
№179	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,88	4,87	30,91	195,00		
№299	Котлета рубленая из мяса, с маслом сливочным	60/5	9,32	9,48	9,64	164,20		
№82	Расоляник ленинградский с мясом и со сметаной	5/150/7	3,60	5,06	10,50	105,80		
ТТК	Закуска овощная с соевым соусом	40	0,66	2,98	4,10	45,51		
Обед								
	Итого:	100	0,40	0,40	10,30	47,00		
№386	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,30	47,00		
Второй завтрак								
	Итого:	360	13,06	18,24	47,05	404,96		
№416	Какао с молоком	170	3,50	3,00	14,60	101,00		
№182	Каша манная молочная жидкая	150	5,22	8,46	20,35	176,96		
№3	Бутерброд с маслом и сыром	105/25	4,34	6,78	12,10	127,00		
Завтрак								

№182	Каша пшенная молочная	150	5,97	8,91	23,46	197,35
№414	Кофейный напиток с молоком	170	2,69	13,60	85,80	
Итого:		360	13,00	17,97	49,16	410,15
Второй завтрак						
№386	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,30	47,00
Итого:		100	0,40	0,40	10,30	47,00
Обед						
ТТК	Закуска из отварных овощей	40	0,60	2,56	3,80	40,20
№95	Суп с рыбными консервами	15/150	5,60	5,50	9,40	110,30
№315	Голубцы ленивые в сметанном соусе	110/40	10,61	6,81	17,80	182,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,05	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
Итого:		535	19,15	15,20	58,60	456,10
Полдник						
ТТК	Запеканка из творога с яблоками, сгущенное молоко	130/15	17,90	11,30	19,80	275,00
№411	Чай с сахаром	150	0,06	0,01	11,00	45,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
Итого:		325	20,36	11,91	47,90	404,00
ВСЕГО		1320	52,91	45,48	185,96	1317,25
ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ (ПЯТНИЦА)						
№ по рецептуре	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал)
Пищевые вещества						
Завтрак						
№1	Бутерброд с маслом	525	2,02	3,83	12,10	91,00
№182	Каша рисовая молочная	150	4,86	8,48	22,23	183,86
№413	Чай с молоком	170	2,53	2,21	13,52	84,15
Итого:		350	9,41	14,52	47,85	359,01
Второй завтрак						
ТТК	Молоко фасованное	200	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого:		200	5,80	5,00	9,60	107,00
Обед						
ТТК	Свежая отварная порционно	40	0,64	0,03	3,40	17,20
№87	Суп картофельный с бобовыми с мясом	5/150	5,69	4,50	9,79	81,00
№303	Тефтели мясные в соусе	60/30	11,45	9,60	13,90	178,10
№218	Макаронные изделия отварные	120	4,40	3,80	25,00	152,80
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
Итого:		550	24,52	18,26	79,69	552,70
Полдник						
№272	Котлеты рыбные ленинградские	60	8,25	2,69	6,68	84,00
№339	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	13,35	110,00
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
Итого:		335	13,20	7,13	51,63	334,25
ВСЕГО		1435,00	52,93	44,91	188,77	1352,96
ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:						
		13820,00	514,24	489,61	2015,42	14230,71
	В СРЕДНЕМ ЗА 1 ДЕНЬ:	1382	51,42	48,96	201,54	1423,07