

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №241»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №241»
Г.В.Соколова
Приказ №13-ОСН от 17.09.2025



05. Организация питания

Дело № 05-02

Основное (организованное) меню
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждение
«Детский сад №241»
Возраст 3-7 лет.

Детский сад работает на йодированном молоке, йодированной соли
Используется витамин С для витаминизации третьих блюд.

Срок хранения: 1 год
п.2075 пр.1030

г. Барнаул.

День: понедельник

Неделя: первая

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	номер рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша гречневая с маслом	150	4,53	4,94	21,98	153,20	40
	Батон с маслом	20/5	1,65	0,8	10,07	77,1	12
	Кофейный напиток на молоке	180	2,85	2,41	14,36	91	28
	Фрукт	100	0,25	0,25	10,25	47	33
		455	9,28	8,4	56,66	368,3	
обед	Морковь отварная, порционная	50	0,30	0,07	2,09	14	2
	Суп Крестьянский на мясном бульоне со сметаной	250	3,02	2,02	16,5	115,1	52
	Макаронник с мясом говядины	180	18,4	18,49	19,2	269,1	50
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,75	18,25	95,0	23
	Кисель из варенья с вит. С	180	0	0	17,64	72,0	122
		710	25,47	21,33	73,68	565,2	
полдник	Молоко кипяченое	200	5,6	5	9,4	110	25
	Кондитерские изделия (печенье, пряник, барака)	50	4,0	8,0	31,5	205	36
		250	9,6	13	40,9	315	
ужин	Капуста тушеная	150	3,09	4,85	14,14	112,65	32
	Яйцо отварное	50	5,95	5,5	0,3	70,7	79
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	25	110	29
	Чай с молоком	200	1,56	1,62	8,85	98,35	62
		450	14,6	12,47	48,29	391,7	
		1865	58,95	55,2	219,53	1640,2	

День: вторник

Неделя: первая

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	номер рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша пшеничная на молоке с маслом	150	3,38	5,21	19,39	168,05	22
	Бутерброд с маслом и сыром	20/5/15	5,41	9,12	10,07	145,7	61
	Какао на молоке	180	3,03	3,53	22,5	138,52	11
	Фрукт	100	0,25	0,25	10,25	47	33
		470	12,07	18,11	62,21	499,27	
обед	Свекла отварная	50	0,54	0,03	2,94	14,4	4
	Суп с клецками и сметаной на курином бульоне	250	6,37	2,15	21,12	142,8	54
	Капуста тешеная с курицей	150	5,89	12,78	21,92	226,9	51
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,75	18,25	95	23
	Компот из варенья с вит С	180	0	0	53,6	192,4	17
		710	16,55	15,71	117,83	671,5	
полдник	Нектар	200	0,5	0,1	10,1	92	10
	Плюшка с сахаром	50	2,11	2,40	16,66	97	37
		250	2,61	2,5	26,76	189	
ужин	Гуляш из рыбы	70	10,09	3,26	6,79	97	41
	Картофельное пюре	150	3,5	6,4	22,2	158,3	81
	Чай с сахаром	180	6	1,53	6,5	44,35	63
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	25	110	29
		450	23,59	11,69	60,49	409,65	
		1860	54,82	48,01	267,29	1769,42	

День: Среда
Неделя: первая

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	номер рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша геркулесовая на молоке с маслом	150	4,99	8,25	16,98	162,33	19
	Хлеб с маслом, сыром	20/5/15	5,41	9,12	10,07	145,7	61
	Кофейный напиток на молоке	180	2,85	2,41	14,36	91	28
	Фрукт	100	0,25	0,25	10,25	47	33
		470	13,5	20,03	51,66	446,03	
обед	Лук полукольцами	50	0,42	0,06	2,46	12,3	3
	Свекольник на мясном бульоне со сметаной	250	2,04	5,0	14,10	109,78	20
	Жаркое по домашнему	180	10,62	10,85	19,36	243,72	27
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,75	18,25	95	23
	Компот из сухо-фруктов с вит С	180	0,9	0	24,3	107,4	93
		710	17,73	16,66	78,47	568,2	
полдник	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	46
	Пирожок с картофелем	70	6,0	9,0	33,0	243,0	44
		250	8,67	11,34	47,31	332	
ужин	Пудинг творожный с яблоком	220	14,97	11,73	16,09	230	45
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	25	110	29
	Какао на молоке	180	5,58	5,76	20,1	152,8	55
		450	24,55	17,99	61,19	492,8	
		1880	64,45	66,02	238,63	1839,03	

День: Четверг

Неделя: первая

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	номер рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Суп-лапша молочная	150	5,28	8,51	20,36	178,01	13
	Батон с маслом	20/5	1,65	0,8	10,07	77,1	12
	Чай с молоком	180	1,56	1,62	8,85	98,35	62
	Фрукт	100	0,25	0,25	10,25	47	33
		455	8,74	11,18	49,53	400,46	
обед	Морковь отварная	50	0,30	0,07	2,09	14	2
	Суп картофельный с крупой и сметаной на мясном бульоне	250	5,45	8,71	16,89	166,54	41
	Котлета мясная с молочным соусом	80/20	11,44	12,42	8,11	194,51	
	Горошица	100	40,1	3	16,2	147	34
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,75	18,25	95	23
	Нектар с вит С	180	0,5	0,1	10,1	92	10
		730	61,54	25,05	71,64	709,05	
полдник	Молоко кипяченое	170	4,76	4,25	7,99	93,5	25
	Ватрушка с творогом	80	8,38	8,72	26,48	229,8	15
		250	13,14	12,97	34,47	323,3	
ужин	Картофельно-печеночная запеканка	220	17,69	10,78	20,13	165,88	48
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	25	110	29
	Чай с сахаром	180	6,0	1,53	6,5	44,35	63
		450	27,69	12,81	51,63	320,23	
		1885	111,11	62,01	207,27	1753,04	

День: пятница
Неделя: первая

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	номер рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша манная на молоке с маслом	180	8,1	6,93	27,27	158,35	49
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,65	0,8	10,07	77,1	12
	Какао на молоке	180	3,03	3,53	22,5	138,52	11
		385	12,78	11,26	59,84	373,97	
обед	Свекла отварная	50	0,54	0,03	2,94	14,4	4
	Суп Борщ со сметаной на мясном бульоне	250	3,38	6,12	12,25	121,75	38
	Плов с говядиной	180	10,3	7,8	17,3	287,2	31
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,75	18,25	95	23
	Компот из свежих фруктов с вит С	180	0,94	0	24,26	96,69	57
		710	18,91	14,7	75	615,04	
полдник	Снежок	200	6,4	5,0	23,6	166	24
	Кондитерские изделия (печенье, пряник, баранка)	50	4,0	8,0	31,5	205	36
		250	10,4	13,0	55,1	371	
ужин	Рыба в яйце	120	6,35	5,10	7,87	103,0	56
	Капуста тушеная	120	3,18	6,72	6,97	119,7	30
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15	66	29
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	46
		450	14,6	14,46	44,15	377,7	
		1865	56,69	53,42	234,09	1737,71	

День: Понедельник

Неделя: вторая

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	номер рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша пшённая на молоке с маслом	150	5,07	7,81	19,39	168,7	68
	Бутерброд с маслом	20/5	1,65	0,8	10,07	77,1	12
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	46
	Фрукт	100	0,25	0,25	10,25	47	33
		455	9,64	11,2	54,02	381,8	
обед	Лук полукольцами	50	0,42	0,06	2,46	12,3	3
	Щи со сметаной на мясном бульоне	250	0,84	0,67	3,69	112,5	65
	Гуляш из говядины	80	13,6	9,42	2,71	147,57	9
	Макароны отварные	100	3,3	5,5	21,8	152,1	10
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,75	18,25	95	23
	Компот из сухо-фруктов с вит С	180	0,9	0	24,3	107,4	93
		710	22,81	16,4	73,21	626,87	
полдник	Молоко кипяченое	200	5,6	5,0	9,4	110	25
	Кондитерские изделия (печенье, пряник, баранка)	50	4,0	8,0	31,5	205	36
		250	9,6	13,0	40,9	315,0	
ужин	Овощное рагу	170	4,05	6,84	22,7	166,5	59
	Яйцо отварное	50	5,95	5,5	0,3	70,7	79
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	25	110	29
	Кофейный напиток на молоке	180	2,85	2,41	14,36	91	28
		450	16,85	15,25	62,36	438,2	
		1865	58,9	55,85	230,49	1761,87	

День: вторник

Неделя: вторая

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	номер рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша манная на молоке с маслом	150	9,2	12,4	41,4	214	8
	Батон с маслом, сыром	20/5/15	5,41	9,12	10,07	145,7	61
	Какао на молоке	180	3,03	3,53	22,5	138,52	11
	Фрукт	100	0,25	0,25	10,25	47	33
		470	17,89	25,3	84,22	545,22	
обед	Свекла отварная	50	0,54	0,03	2,94	14,4	4
	Суп гороховый со сметаной на курином бульоне	250	15,5	14	18,9	250,5	66
	Суфле куриное	80	4,5	6,72	2,05	150,03	67
	Картофельное пюре	100	1,86	3,46	13,3	91,3	81
	Нектар с вит С	180	0,5	0,1	10,1	92	10
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,75	18,25	95	23
		710	26,65	25,06	65,54	693,23	
полдник	Снежок	200	6,4	5,0	23,6	166	24
	Булочка Дорожная	50	3,38	6,98	26,06	180	18
		250	9,78	11,98	49,66	346	
ужин	Суфле творожное	220	14,3	8,97	12,28	192,8	58
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	25	110	29
	Чай с сахаром	180	6,0	1,53	6,5	44,35	63
		450	24,3	11,0	43,78	347,15	
		1880	78,62	73,34	243,2	1931,6	

День: среда

Неделя: вторая

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	номер рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша рисовая на молоке	150	2,54	3,05	24,08	177,0	69
	Бутерброд с маслом, сыром	20/5/15	5,41	9,12	10,07	145,7	61
	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91,0	28
	Фрукт	100	0,25	0,25	10,25	47,0	33
		470	11,05	14,83	58,76	460,7	
обед	Морковь отварная	50	0,30	0,07	2,09	14	2
	Суп Паутинка на мясном бульоне со сметаной	250	2,76	7,57	15,06	147,02	84
	Шницель мясной	80	11,44	12,43	8,11	194,51	73
	Икра свекольная	100	2,3	6,8	11,7	119,0	72
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,75	18,25	95	23
	Компот из варенья с вит С	180	0	0	53,6	192,4	17
		710	20,55	27,62	108,81	761,93	
полдник	Нектар	200	0,5	0,1	10,1	92	10
	Булочка домашняя	50	1,37	2,88	19,5	143,65	39
		250	1,87	2,98	29,6	235,65	
ужин	Рыбный пудинг	170	16,09	8,44	7,49	170,06	78
	Морковь отварная	50	0,30	0,07	2,09	14	2
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	25	110	29
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	46
		450	23,06	11,35	48,89	383,06	
		1880	56,53	56,78	246,06	1841,34	

День: четверг

Неделя: вторая

прием пиши	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	номер рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Кулеш пшеничный на молоке	150	4,07	7,46	18,31	155,01	51
	Батон с маслом	20/5	1,65	0,8	10,07	77,1	12
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	46
	Фрукт	100	0,25	0,25	10,25	47	33
		455	8,64	10,85	52,94	368,11	
обед	Лук полукольцами	50	0,42	0,06	2,46	12,3	3
	Суп рыбный	250	8,5	3,18	13,73	116,68	77
	Бигус из говядины	180	11,6	7,59	12,06	239,77	70
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,75	18,25	95	23
	Компот из сухо-фруктов с вит С	180	0,9	0	24,3	107,4	93
		710	25,17	11,58	70,8	571,15	
полдник	Чай с сахаром	180	6,0	1,53	6,5	44,35	63
	Калач на сметане	80	5,44	7,15	35,23	228,66	8
		260	11,44	8,68	41,73	273,01	
ужин	Запеканка морковно-творожная с вареньем	200/20	23,2	20,57	47,55	329	76
	Чай с сахаром	180	6	1,53	6,5	44,35	63
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	25	110	29
		450	33,2	22,6	79,05	483,35	
		1875	78,45	53,71	244,52	1695,62	

День: пятница

Неделя: вторая

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	номер рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша Дружба на молоке с маслом	200	6,21	7,73	27,71	201	5
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,65	0,8	10,07	77,1	12
	Какао на молоке	180	3,03	3,53	22,5	138,52	11
		405	10,89	12,06	60,28	416,62	
обед	Морковь отварная	50	0,30	0,07	2,09	14	2
	Борщ со сметаной на мясном бульоне	250	3,38	6,12	12,25	121,75	38
	Запеканка из печени	100	13,7	7,5	1,4	98,8	21
	Гречка отварная	130	4,5	6,4	21,9	263	75
	Хлеб ржаной	50	3,75	0,75	18,25	95	23
	Компот из свежих фруктов с вит С	180	0,94	0	24,26	96,69	57
		740	26,57	20,84	80,15	689,24	
полдник	Нектар	200	0,5	0,1	10,1	92	10
	Кондитерские изделия (печенье, пряник, баранка)	50	4,0	8,0	31,5	205	36
		250	4,5	8,1	31,6	297	
ужин	Пюре овощное	150	3,52	6,91	10,24	117,3	74
	Яйцо отварное	50	5,95	5,5	0,3	70,7	79
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	25	110	29
	Компот из варенья	200	0	0	59,5	213,77	17
		450	13,47	12,91	95,04	511,77	
		1845	55,43	53,91	267,07	1914,63	