

Директор
МКДОУ Детский сад № 4
«Малыш» г.п.Терек



 М.А.Цирхова

**Примерное двухнедельное меню
для организации питания детей
от 1,2-х и от 3-х до 7-ми лет
в муниципальном казенном дошкольном
образовательном учреждении
«Детский сад № 4 «Малыш» городского
поселения Терек» Терского муниципального
района Кабардино-Балкарской Республики
на 2025 – 2026 учебный год**

(в соответствии с Сан ПиН 2.3/2.4.3590-20)

г.п. Терек

Примерное 10-дневное меню дошкольников от 1,5 до 7-и лет

1 неделя - 1 день - понедельник

[illegible]

[illegible]

	1 неделя - 3 день - среда												
			Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн.	Наименование
№	Завтрак	Масса порции,г.		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Каша манная	200	крупа манная	0,025	0,025	57	1,425	6,21	7,08	30,91	212,200	147	М.П.Могильный
			молоко	0,05	0,05	88	4,4						
			сахар	0,003	0,003	65	0,195						
2	Какао с молоком	200	какао	0,002	0,002	1000	2	3,312	3,132	13,158	94,068	416	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	65	0,65						
			молоко	0,05	0,05	88	4,4						
	Бутерброд с маслом	5	масло сливочное	0,005	0,005	750	3,75	2,45	7,55	14,62	136	1	М.П.Могильный
		30	хлеб	0,03	0,03	55	1,65						
	Итого за завтрак:	435						11,972	17,762	58,688	442,27		
	Обед												
	Салат капустно-морковный	40	капуста	0,045	0,04	40	1,8	0,38	0,07	1,61	8,05	15	М.П.Могильный
			лук	0,002	0,001	35	0,07						
			морковь	0,005	0,003	45	0,225						
			масло растительное	0,002	0,002	166	0,332						
1	Суп гороховый со сметаной	200	горох	0,035	0,035	55	1,925	4,04	4,2	13,76	109,00	87	М.П.Могильный
			картофель	0,05	0,045	38	1,9						
			морковь	0,004	0,003	45	0,18						
			лук	0,004	0,003	35	0,14						
			томат	0,002	0,002	322	0,644						
			масло растительное	0,002	0,002	166	0,332						
			сметана	0,003	0,003	294	0,882						
2	Рыбные котлеты	80	рыба мороженная	0,078	0,07	220	17,16	6,2	3,34	2,79	66,02	262	М.П.Могильный
			масло растительное	0,003	0,003	166	0,498						
			лук	0,005	0,003	35	0,175						
			хлеб	0,01	0,01	55	0,55						
			яйцо	0,006	0,006	75	0,45						
3	Картофельное пюре	90	картофель	0,1	0,09	38	3,8	2,775	3,2	17,9875	111,85	339	М.П.Могильный
			молоко	0,01	0,01	88	0,88						
3	Кисель	200	кисель	0,007	0,007	200	1,400	0,108	0,108	20,628	83,916	397	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	65	0,65						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	55	2,75	4	1,5	25	129,500	200102	М.П.Могильный
	Итого за обед:	615						17,123	12,348	80,1655	500,286		
	Полдник												
1	Суп рисовый молочный	200	рис	0,02	0,02	75	1,5	6,678	7,146	26,604	197,442	100	М.П.Могильный
			молоко	0,05	0,05	88	4,4						
	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	55	1,65						
	Соль йодированная за весь день	5		0,004	0,004	17	0,068	2	0,75	12,5	64,75	200102	М.П.Могильный
	Итого за полдник:	230						8,678	7,896	39,104	262,192		
	Итого за день:						62,831	37,773	38,006	177,9575	1204,746		

1 неделя-4 день-четверг													
№	Завтрак	Масса порции,гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
				г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Суп пшенный	200	пшено	0,025	0,025	65	1,625	8,78	8,3	45,260	290,86	100	М.П.Могильный
			молоко	0,045	0,045	88	3,96						
			сахар	0,003	0,003	65	0,195						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0	0	9	36	412	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	65	0,65						
	Бутерброд с сыром	5	сыр голандский	0,005	0,005	700	3,5	2,45	7,55	14,62	136	1	М.П.Могильный
		30	хлеб	0,03	0,03	55	1,65						
	Итого за завтрак:	435						11,23	15,85	68,880	462,86		
	Обед												
	Рассольник со сметаной	200	картофель	0,05	0,045	38	1,9					79	М.П.Могильный
			крупа перловая	0,015	0,015	40	0,6						
			лук	0,003	0,002	35	0,105						
			морковь	0,003	0,002	45	0,135						
			сметана	0,003	0,003	294	0,882						
			томат	0,002	0,002	322	0,644						
			масло растит.	0,003	0,003	166	0,498						
			соленые огурцы	0,006	0,005	159	0,954						
2	Биточки с гречневым гарниром и подливой	60/80/25	мясо говяжье	0,054	0,05	620	33,48	6,2	3,34	2,79	66,02	306	М.П.Могильный
			лук	0,004	0,003	35	0,14						
			хлеб	0,01	0,01	55	0,55						
			яйцо	0,006	0,006	75	0,45						
			масло растительное	0,004	0,004	166	0,664						
			томат	0,001	0,001	322	0,322						
			морковь	0,003	0,002	45	0,135						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			гречка	0,025	0,025	70	1,75						
3	Компот из яблок	200	яблоко	0,008	0,007	60	0,48	0,16	0,16	23,88	97,6	390	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	65	0,65						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	55	2,75	4	1,5	25	129,5	200102	М.П.Могильный
	Итого за обед:	450						10,36	5	51,67	522,614		
	Полдник												
1	Пирожки с повидлом	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	7,6	3,89	12	113,41	441	М.П.Могильный
			повидло	0,002	0,002	150	0,3	0,28	0,13	21,52	88,37	97	М.П.Могильный
			дрожжи	0,0002	0,0002	340	0,068						
			сахар	0,003	0,003	65	0,195						
			яйцо	0,005	0,005	75	0,375						
			масло растит.	0,002	0,002	166	0,332						
			масло сливоч.	0,001	0,001	750	0,75						
			молоко	0,01	0,01	88	0,88						
	Чай с сахаром		чай	0,002	0,002	750	1,5						
			сахар	0,01	0,01	65	0,65						
	Соль йодированая за весь день	5		0,004	0,004	17	0,068	0	0	0	0	0	
	Итого за полдник:	260						7,88	4,02	33,52	201,78		
	Итого за день:						65,05	39,711	27,911	208,97	1245,919		

[illegible]

2 неделя - 6 день - понедельник													
№	Завтрак	Масса порции,гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
				г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Каша овсяная	200	крупа овсяная	0,025	0,025	55	1,375	6,14	6,94	45,36	268,46	182	М.П.Могильный
			молоко	0,045	0,045	88	3,96						
			сахар	0,003	0,003	65	0,195						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	65	0,65						
3	Бутерброд с сыром	5	сыр голандский	0,005	0,005	700	3,5	2,45	7,55	14,62	136	1	М.П.Могильный
		30	хлеб	0,03	0,03	55	1,65						
Итого за завтрак:		435						8,65	14,51	69,97	444,84		
Обед													
1	Суп "Домашний" со сметаной	200	картофель	0,05	0,045	38	1,9	5,887	5,838	7,987	108,038	63	М.П.Могильный
			вермишель	0,015	0,015	40	0,6						
			морковь	0,003	0,002	45	0,135						
			лук	0,003	0,002	35	0,105						
			масло растит.	0,002	0,002	166	0,332						
			томат	0,002	0,002	322	0,644						
			сметана	0,003	0,003	294	0,882						
2	Котлеты с пшениным гарниром и сметанным соусом	60/90	мясо говяжье	0,054	0,05	620	33,48	2,55	2,3125	15,875	118,924	303	М.П.Могильный
			лук	0,004	0,003	35	0,14						
			хлеб	0,01	0,01	55	0,55						
			масло растительное	0,003	0,003	166	0,498						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			пшено	0,025	0,025	65	1,625						
			яйцо	0,006	0,006	75	0,45						
сметана	0,008	0,008	294	2,352									
3	Кисель	200	кисель	0,007	0,007	200	1,4	0,126	0,126	26,154	83,916	350	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	65	0,65						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	55	2,75	4	1,5	25	129,5	200102	М.П.Могильный
Итого за обед:		450						12,563	9,7765	75,016	440,378		
Полдник													
1	Рогалики с повидлом	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	6,678	7,146	26,604	197,442	76	М.П.Могильный
			молоко	0,01	0,01	88	0,88						
			дрожжи	0,0002	0,0002	350	0,07						
			масло растительное	0,002	0,002	166	0,332						
			масло сливочное	0,001	0,001	750	0,75						
			сахар	0,003	0,003	65	0,195						
			яйцо	0,005	0,005	75	0,375						
повидло	0,002	0,002	150	0,3	2	0,75	12,5	64,750	200102	М.П.Могильный			
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	65	0,65						
	Соль йодированая за весь день	5	соль	0,004	0,004	17	0,068						
Итого за полдник:		260						8,738	7,916	49,094	284,376		
Итого за день:		1145					64,853	29,951	32,2025	194,08	1098,904		

	2 неделя - 7 день - вторник												
№		Масса порции,гр	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак			г	г	за кг	рубли	г	г	г			
1	Суп гречневый молочный	200	молоко	0,05	0,05	88	4,4	5,75	5,21	18,83	145,2	100	М.П. Могильный
			крупа гречневая	0,02	0,02	70	1,4						
2	Чай	200	сахар	0,01	0,01	65	0,65						
			чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П. Могильный
3	Бутерброд с маслом	35	хлеб	0,03	0,03	55	1,65	4,73	6,88	14,56	156	3	М.П.Могильный
			масло сливочное	0,005	0,005	750	3,75						
	Итого за завтрак:	435						10,54	12,11	43,38	341,58		
	Обед												
1	Салат капустно-морковный	40	капуста	0,045	0,04	25	1,125						
			морковь	0,005	0,003	45	0,225						
			лук	0,002	0,001	35	0,07						
			масло растительное	0,002	0,002	166	0,332						
2	Суп гороховый со сметаной	200	картофель	0,055	0,05	38	2,09		2,27	11,43	73,2	86	М.П. Могильный
			морковь	0,004	0,002	45	0,18						
			лук	0,004	0,002	35	0,14						
			масло растит.	0,002	0,002	166	0,332						
			томат	0,003	0,003	322	0,966						
			сметана	0,003	0,003	294	0,882						
			горох	0,035	0,035	55	1,925						
3	Котлеты куриные с отварными макаронами и подливой	75/75	филе	0,068	0,063	420	28,56	11,648	10,745	9,408	180,929	120611	М.П.Могильный
			хлеб	0,01	0,01	55	0,55						
			яйцо	0,006	0,006	75	0,45						
			лук	0,005	0,004	35	0,175						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			томат	0,002	0,002	322	0,644						
			масло растит.	0,003	0,003	166	0,498						
			морковь	0,003	0,002	35	0,105						
			макароны	0,025	0,025	40	1						
4	Компот из сухофруктов	200	сахар	0,01	0,01	65	0,65	0,83	3,3	2,44	13,44	350	М.П.Могильный
			сухофрукты	0,005	0,005	120	0,6						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	55	2,75	4	1,5	25	129,5	200102	М.П.Могильный
	Итого за обед:	450						19,018	22,91	52,828	397,069		
	Полдник												
1	Булочка	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	3,4	5,5	22	151,10	452	М.П.Могильный
			молоко	0,01	0,01	88	0,88						
			сахар	0,003	0,003	65	0,195						
			масло сливочное	0,002	0,002	750	1,5						
			дрожжи	0,002	0,002	350	0,7						
			яйцо	0,005	0,005	75	0,375						
			масло растительное	0,001	0,001	166	0,166						
2	Чай	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0	0	6,6	26,40	118	М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	65	0,65						
	Соль йодированая за весь день	5		0,004	0,004	17	0,068						
	Итого за полдник:	260						3,4	5,5	28,6	177,5		
	Итого за день:	1145					62,04	32,958	40,52	124,808	916,149		

2 неделя - 8 день - среда													
№		Масса порции, гр.	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак			г	г	за кг	рубли	г	г	г			
1	Каша манная	200	крупа манная	0,025	0,025	57	1,425	11,79	6,77	53,06	320	179	М.П. Могильный
			молоко	0,045	0,045	88	3,96						
			сахар	0,003	0,003	65	0,195						
2	Чай с сахаром	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15						М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	65	0,65	0,06	0,02	9,99	40,38	411	
	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	55	1,65						
	Итого за завтрак:	365					0	11,85	6,79	63,05	360,38		
	Обед												
2	Суп крестьянский со сметаной	200	картофель	0,05	0,045	38	1,9	1,476	2,736	9,108	111,08	110101	М.П.Могильный
			лук	0,003	0,002	35	0,105						
			морковь	0,003	0,003	45	0,135						
			масло растительное	0,002	0,002	166	0,332						
			пшено	0,015	0,015	65	0,975						
			томат	0,002	0,002	322	0,644						
			сметана	0,003	0,003	294	0,882						
3	Биточки с гречневым гарниром и подливой	60/80	мясо	0,055	0,05	620	34,1	8,64	4	5,71	110	299	М.П. Могильный
			яйцо	0,006	0,006	75	0,45						
			хлеб	0,01	0,01	55	0,55						
			лук	0,005	0,004	35	0,175						
			масло растит.	0,003	0,003	166	0,498						
			томат	0,002	0,002	322	0,644						
			морковь	0,003	0,002	45	0,135						
			мука	0,002	0,002	30	0,06						
			макароны	0,025	0,025	40	1	2,21	2,43	12,21	79,9	182	М.П. Могильный
4	Кисель	200	сахар	0,01	0,01	65	0,65	0,16	0,16	23,88	97,6	390	М.П.Могильный
			кисель	0,007	0,007	210	1,47						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,50	200102	М.П.Могильный
	Итого за обед:	625						16,486	10,826	75,908	528,08		
	Полдник												
1	Пирожки с повидлом	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	6,24	8,1	34,31	235,10	56	М.П.Могильный
			молоко	0,01	0,01	88	0,88						
			яйцо	0,005	0,005	75	0,375						
			сахар	0,003	0,003	65	0,195						
			масло растит.	0,002	0,002	166	0,332						
			повидло	0,002	0,002	150	0,3						
			масло сливоч.	0,001	0,001	750	0,75						
			дрожжи	0,0002	0,0002	350	0,07						
2	Чай с сахаром	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0,06	0,02	9,99	40,38	411	М.П. Могильный
			сахар	0,01	0,01	65	0,65						
	Соль йодированная за весь день	4	соль	0,004	0,004	17	0,068						
	Итого за полдник:	260						6,24	8,1	43,31	271,1		
	Итого за день:						59,56	34,576	25,716	182,268	1159,560		

2 неделя - 10 день - пятница													
№		Масса порции,	Продукты	Брутто	Нетто	Цена	Сумма	Б	Ж	У	Ккал	№ техн. карты	Наименование сборника
	Завтрак	гр.		г	г	за кг	рубли	г	г	г	г		
1	Каша рисовая	200	рис	0,025	0,025	75	1,875	6,21	7,08	30,91	212,200	147	М.П.Могильный
			молоко	0,05	0,05	88	4,4						
			сахар	0,003	0,003	65	0,195						
	Чай с сахаром		чай	0,0002	0,0002	750	0,15						
			сахар	0,01	0,01	65	0,65						
	Хлеб	30	хлеб	0,03	0,03	40	1,2						
	Итого за завтрак:	230						6,21	7,08	30,91	212,2		
	Обед												
1	Свекольник со сметаной	200	картофель	0,055	0,05	30	1,65	1,476	2,736	9,108	83,4	80	М.П.Могильный
			капуста	0,025	0,022	25	0,625						
			свекла	0,03	0,025	40	1,2						
			лук	0,005	0,003	25	0,125						
			морковь	0,003	0,003	40	0,12						
			масло растит.	0,002	0,002	120	0,24						
			сметана	0,003	0,003	230	0,69						
2	Котлеты с отварными макаронами и подливой	60/80/25	мясо говяжье	0,054	0,05	580	31,32	7,469	8,24	8,421	139,98	229	М.П.Могильный
			яйцо	0,006	0,006	140	0,84						
			лук	0,005	0,003	25	0,125						
			масло растит.	0,004	0,004	120	0,48						
			хлеб	0,01	0,01	40	0,4						
			морковь	0,003	0,002	40	0,12						
			томат	0,002	0,002	230	0,46	0,365	1,249	1,467	18,53	372	М.П.Могильный
			мука	0,003	0,003	30	0,09						
			макароны	0,025	0,025	38	0,95	1,6821	2,02	17,52	94,99	330	М.П. Могильный
3	Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	0,005	0,005	120	0,6	0,16	0,16	23,88	97,6	390	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	65	0,65						
	Хлеб	50	хлеб	0,05	0,05	40	2	4	1,5	25	129,5	200102	М.П.Могильный
	Итого за обед:	615						15,1521	15,905	85,396	563,994		
	Полдник												
1	Оладьи со сметаной	60	мука	0,035	0,035	30	1,05	3,7	11,25	29,8	235,3	430	М.П. Могильный
			сахар	0,003	0,003	65	0,195						
			яйцо	0,005	0,005	75	0,375						
			молоко	0,01	0,01	65	0,65						
			масло растительное	0,003	0,003	120	0,36						
			сметана	0,007	0,007	294	2,058						
2	Чай с сахаром	200	чай	0,0002	0,0002	750	0,15	0	0	9	36	411	М.П.Могильный
			сахар	0,01	0,01	72	0,72						
	Соль йодированная за весь день	5		0,005	0,005	17	0,085	0	0	0	0		
	Итого за полдник:	260						3,7	11,25	38,8	271,25		
	Итого за день:						54,923	25,0621	34,235	155,106	1047,444		
	ИТОГО за весь период						599,96	280,56	274,95	1511,98	9846,48		
	Среднее значение за период						60,00	28,06	27,49	151,20	984,65		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114459

Владелец Цирхова Марина Аатовна

Действителен с 18.04.2025 по 18.04.2026