Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №276»

(МАДОУ «Детский сад №276»)

Фесюк Нина Николаевна

Подписано цифровой подписью: Фесюк Нина Николаевна
Дата: 2026.10.13 15:37:40 +07'00'

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад 276»
_____ Н.Н.Фесюк
«__» _____ 202 г

ОСНОВНОЕ(организованное меню)

Возрастная категория: сад(3-7лет)

г.Барнаул 2026

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	5,49	5,86	66,2	257,8	3/4
	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,5	4,56	14,14	127,64	2
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,52	42,1	392
Итого за завтрак		**424**	**9,1**	**10,4**	**90,9**	**427,5**	
Обед	Суп гороховый с мясом говядины	180	4,11	6,04	18,88	100,69	68
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	3,99	8,72	39,3	158,4	204
	Оладьи из печени	80	11	8	11	159,7	357
	Соус красный	30	0,44	0,73	2,78	19,41	465
	Овощи отварные порционно(морковь)	50	0,66	1,3	2,6	24,7	338
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	0,6	90,5	3
	Сок фруктовый	180	0,5	0	10,1	42,7	10а
Итого за обед		**725**	**25,5**	**25,9**	**95,7**	**649,7**	
Полдник	Кондитерское изделие	33	3,25	5,75	14	117	99
	Молоко кипяченое	180	5,47	4,88	9,07	102	400
	Фрукты свежие	167	0,5	0,5	12,25	55	288
Итого за полдник		**380**	**9,2**	**11,1**	**35,3**	**274,0**	
Ужин	Рагу овощное	185	3,63	7,3	17,82	290	57
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	63
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,52	42,1	392
Итого за ужин		**450**	**10,3**	**12,5**	**39,1**	**448,7**	
Итого за день		**1979**	**54,1**	**60,0**	**261,0**	**1800,0**	

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
	Каша ячневая молочная с маслом	180	5,4	3,77	14,63	195,5	14/4
	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,5	4,56	14,14	127,64	2
Завтрак	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,88	397
Итого за завтрак		**424**	**13,0**	**11,9**	**46,4**	**442,0**	
	Свекольник с мясом птицы со сметаной	180	9,03	4,5	7,53	95,7	5/2
	Плов с мясом говядины	200	6,6	16,1	17,3	197	91
	Салат из белокочанной капусты	50	0,71	2,54	4,33	42,95	20
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	0,6	90,5	3
Обед	Кисель из варенья с вит.С	180	0,08	0	92,2	164,9	12
Итого за обед		**685**	**21,3**	**24,3**	**132,4**	**644,7**	
	Пирог с картофелем	70	5,1	7,5	33,4	180,6	260
Полдник	Кисломолочный продукт	180	5,51	4,75	7,98	96,273	21
Итого за полдник		**250**	**10,6**	**12,3**	**41,4**	**276,9**	
	Пудинг рыбный запеченный	200	6,53	8,47	16,4	298,8	269
	Соус молочный	50	1,04	2,6	3,55	41,9	350
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
Ужин	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,52	42,1	392
Итого за ужин		**475**	**9,2**	**11,6**	**40,9**	**436,4**	
Итого за день		**1834**	**54,0**	**60,0**	**261,1**	**1800,0**	

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
	Каша кукурузная молочная с маслом	180	5,66	3,68	0,66	198,6	185
	Бутерброд с маслом	35	2,1	7,53	12,78	127,75	1
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,96	101,12	395
Итого за завтрак		**415**	**10,9**	**13,9**	**29,4**	**427,5**	
	Суп с клецками с мясом птицы со сметаной	180	5,25	3,55	15,21	242,82	43
	Бигус с мясом говядины	200	7,1	13,3	45,2	203,1	329
	Овощи отварные порционно(свекла)	50	0,66	1,3	2,6	24,7	338
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	0,6	90,5	3
Обед	Сок фруктовый	180	0,5	0	10,1	42,7	10а
Итого за обед		**685**	**18,3**	**19,3**	**84,2**	**657,4**	
	Кондитерское изделие	33	2,88	1,68	46,62	106,8	260
	Молоко кипяченое	180	5,47	4,88	9,07	102	400
Полдник	Фрукты свежие	167	0,5	0,5	12,25	55	288
Итого за полдник		**380**	**8,9**	**7,1**	**67,9**	**263,8**	
	Запеканка из творога с морковью	175	14,21	19,2	46,3	302,8	238
	Варенье	50	0,07	0	12,4	53	21
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
Ужин	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,52	42,1	392
Итого за ужин		**450**	**15,9**	**19,8**	**79,7**	**451,5**	
Итого за день		**1930**	**54,0**	**60,0**	**261,2**	**1800,2**	

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4							
	Каша пшенная молочная с маслом	180	4,85	5,1	32,08	181,5	11/4
	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,5	4,56	14,14	127,64	2
Завтрак	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,88	397
Итого за завтрак		**424**	**12,4**	**13,2**	**63,8**	**428,0**	
	Суп «Московский» с мясом птицы со сметаной	180	1,8	1,92	30,94	79,34	80
	Картофельное пюре	150	2,91	4,2	25,6	155	3/3
	Тефтели рыбные в соусе	80	5,83	2,2	19,8	197,38	11/7
	Овощи соленые порционно(огурец)	50	0,4	0	0,8	6,6	б/н
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	0,6	90,5	3
Обед	Напиток из плодов шиповника с вит.С	180	0,18	0,09	15,03	58,5	15/10
Итого за обед		**715**	**16,0**	**9,5**	**103,2**	**640,9**	
	Крендель сахарный	70	1,85	4,15	55,16	166	555
Полдник	Кисломолочный продукт	180	5,51	4,75	7,98	96,273	21
Итого за полдник		**250**	**7,4**	**8,9**	**63,1**	**262,3**	
	Омлет натуральный с маслом	175	15,49	22,92	8,12	340,14	215
	Сметана	50	1,3	5	2	33,2	б/н
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
Ужин	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,52	42,1	392
Итого за ужин		**450**	**18,4**	**28,5**	**31,1**	**469,1**	
Итого за день		**1839**	**54,1**	**60,1**	**261,3**	**1800,3**	

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
	Каша геркулесовая молочная с маслом	180	3,49	4,86	22,03	199,1	8/4
	Бутерброд с маслом	35	2,1	7,53	12,78	127,75	1
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,96	101,12	395
Итого за завтрак		**415**	**8,8**	**15,1**	**50,8**	**428,0**	
	Рассольник «Ленинградский» с мясом говядины со сметаной	180	1,51	3,98	11,95	139,44	76
	Свекла тушеная в сметанном соусе	150	3,14	9,18	55,37	143	134
	Биточки из мяса говядины	70	10,89	8,09	10,99	159,53	280
	Кукуруза консервированная	50	1,3	0,9	2,35	22,5	245
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	0,6	90,5	3
Обед	Сок фруктовый	180	0,5	0	10,1	42,7	10а
Итого за обед		**705**	**22,2**	**23,3**	**101,8**	**651,3**	
	Кондитерское изделие	33	0,79	1,3	31	99,5	152
	Молоко кипяченое	180	5,47	4,88	9,07	102	400
Полдник	Фрукты свежие	167	0,5	0,5	12,25	55	288
Итого за полдник		**380**	**6,8**	**6,7**	**52,3**	**256,5**	
	Запеканка из печени с рисом	200	9,1	7,9	32,5	276	294
	Соус сметанный	40	0,56	2	2,35	29,64	354
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	63
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
Ужин	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,52	42,1	392
Итого за ужин		**505**	**16,4**	**15,1**	**56,1**	**464,4**	
Итого за день		**2005**	**54,0**	**60,1**	**261,1**	**1800,1**	

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 6							
	Макароны с сыром	160	9,58	11,7	30,05	258,1	293
	Бутерброд с маслом	35	2,1	7,53	12,78	127,75	1
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,52	42,1	392
Итого за завтрак		**395**	**11,7**	**19,3**	**53,4**	**428,0**	
	Суп рыбный из консервы	180	5,75	8,87	21,79	168,91	42
	Жаркое по- домашнему с мясом говядины	200	9,02	4,06	31,46	213,1	276
	Винегрет овощной	50	0,68	3,08	3,85	70,8	45
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	0,6	90,5	3
Обед	Сок фруктовый	180	0,5	0	10,1	42,7	10а
Итого за обед		**685**	**20,8**	**17,1**	**78,3**	**639,6**	
	Кондитерское изделие	33	2,88	1,68	49,62	106,8	260
	Молоко кипяченое	180	5,47	4,88	9,07	102	400
Полдник	Фрукты свежие	167	0,5	0,5	12,25	55	288
Итого за полдник		**380**	**8,9**	**7,1**	**70,9**	**263,8**	
	Запеканка морковная	180	10,54	13,63	34,6	315,67	153
	Соус сметанный	50	0,7	2,5	2,9	57,5	354
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
Ужин	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,52	42,1	392
Итого за ужин		**455**	**12,8**	**16,7**	**58,5**	**468,9**	
Итого за день		**1915**	**54,2**	**60,1**	**261,0**	**1800,3**	

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 7							
	Каша молочная «Дружба»	180	3,21	4,53	17,71	184	14
	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,5	4,56	14,14	127,64	2
Завтрак	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,88	397
Итого за завтрак		**424**	**10,8**	**12,6**	**49,4**	**430,5**	
	Борщ с мясом птицы со сметаной	180	2,13	3,24	9,88	115,2	62
	Гороховое пюре	130	2,82	3,67	12,5	85	77
	Котлеты из мяса говядины	70	7,49	6,16	10,99	85,23	282
	Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,85	65,5	4
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	0,6	90,5	3
Обед	Кисель из варенья с вит.С	180	0,08	0	92,2	164,9	12
Итого за обед		**685**	**18,3**	**18,7**	**140,5**	**659,9**	
	Булочка школьная	70	4,05	7,03	33,52	167,7	101
Полдник	Кисломолочный продукт	180	5,51	4,75	7,98	96,273	21
Итого за полдник		**250**	**9,6**	**11,8**	**41,5**	**264,0**	
	Сырники из творога	175	12,98	14,54	10,8	299,1	231
	Соус молочный сладкий	50	0,97	2,26	6,63	50,75	351
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
Ужин	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,52	42,1	392
Итого за ужин		**450**	**15,5**	**17,4**	**38,4**	**445,6**	
Итого за день		**1809**	**54,2**	**60,4**	**261,0**	**1800,0**	

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 8							
	Каша пшеничная(полтавская) на молоке с маслом	180	3,85	5,1	68,68	200	15/4
	Бутерброд с маслом	35	2,1	7,53	12,78	127,75	1
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,96	101,12	395
Итого за завтрак		**415**	**9,1**	**15,3**	**97,4**	**428,9**	
	Суп овощной с мясом птицы	180	1,7	4	8,47	76,3	14/2
	Картофельное пюре	150	2,91	4,2	25,6	155	3/3
	Гуляш из мяса говядины	80	10,31	8,15	8,62	217	277
	Овощи соленые порционно(огурец)	50	0,4	0	0,8	6,6	б/н
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	0,6	90,5	3
Обед	Сок фруктовый	180	0,5	0	10,1	42,7	10а
Итого за обед		**715**	**20,7**	**17,5**	**64,7**	**641,7**	
	Кондитерское изделие	33	0,72	6,08	26,5	100	583
	Молоко кипяченое	180	5,47	4,88	9,07	102	400
Полдник	Фрукты свежие	167	0,5	0,5	12,25	55	288
Итого за полдник		**380**	**6,7**	**11,5**	**47,8**	**257,0**	
	Капуста тушеная	170	8,4	8,5	29,9	282,3	132
	Яйцо отварное	60	7,65	6,9	0,45	94,5	63
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
Ужин	Чай с сахаром	185	0,06	0,02	10,52	42,1	392
Итого за ужин		**440**	**17,6**	**16,0**	**51,3**	**472,5**	
Итого за день		**1950**	**54,1**	**60,2**	**261,2**	**1800,1**	

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 9							
	Запеканка из творога	180	8,1	13,69	52,7	172,5	237
	Соус молочный сладкий	50	0,97	2,26	6,63	50,75	351
	Бутерброд с маслом и сыром	44	3,5	4,56	14,14	127,64	2
Завтрак	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,88	397
Итого за завтрак		**474**	**16,7**	**24,1**	**91,1**	**469,8**	
	Суп с макаронными изд. с мясом птицы	180	1,94	2,05	13,5	75,42	82
	Гречневый гарнир	130	3,57	3,18	42,3	183,3	3/4
	Котлеты из мяса птицы	70	5,53	3,36	6,77	119,75	107
	Соус красный	30	0,44	0,73	2,78	19,41	465
	Салат луковый	50	0,399	2,7	2,1	34	58
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	0,6	90,5	3
Обед	Компот из с/фр с вит.С	180	0,45	0	16,47	64,8	6/10
Итого за обед		**715**	**17,2**	**13,2**	**95,0**	**640,8**	
	Пирожок с печенью	80	4,7	7,6	33,8	165,7	535
Полдник	Кисломолочный продукт	180	5,51	4,75	7,98	96,273	21
Итого за полдник		**260**	**10,2**	**12,4**	**41,8**	**262,0**	
	Овощи отварные с маслом(морковь)	130	1,7	3,37	6,73	106	320
	Кнели рыбные	70	6,2	5,23	3,63	200,77	84
	Соус молочный	30	0,62	1,57	2,13	25,14	350
	Хлеб пшеничный	20	1,535	0,535	10,465	53,61	3
Ужин	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,52	42,1	392
Итого за ужин		**450**	**10,1**	**10,7**	**33,5**	**427,6**	
Итого за день		**1899**	**54,1**	**60,3**	**261,3**	**1800,2**	

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 10							
	Каша манная молочная с маслом	180	4,5	2,9	19,75	198,8	5/4
	Бутерброд с маслом	35	2,1	7,53	12,78	127,75	1
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,96	101,12	395
Итого за завтрак		**415**	**9,8**	**13,1**	**48,5**	**427,7**	
	Щи из свежей капусты с мясом говядины со сметаной	180	0,44	2,04	26,1	50,4	6/2
	Перловый гарнир	130	3,98	3,8	74,98	56,15	248
	Азу	80	8,9	3,8	4,24	328,7	63
	Овощи отварные порционно(морковь)	50	0,66	1,3	2,6	24,7	338
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	0,6	90,5	3
Обед	Сок фруктовый	180	0,5	0	10,1	42,7	10а
Итого за обед		**695**	**19,3**	**12,1**	**129,1**	**646,8**	
	Кондитерское изделие	33	0,79	1,3	31	99,5	152
	Молоко кипяченое	180	5,47	4,88	9,07	102	400
Полдник	Фрукты свежие	167	0,5	0,5	12,25	55	288
Итого за полдник		**380**	**6,8**	**6,7**	**52,3**	**256,5**	
	Омлет натуральный с маслом	175	15,49	22,92	8,12	340,14	215
	Сметана	50	1,3	5	2	33,2	б/н
	Хлеб пшеничный	25	1,535	0,535	10,465	53,61	3
Ужин	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,52	42,1	392
Итого за ужин		**450**	**18,4**	**28,5**	**31,1**	**469,1**	
Итого за день		**1940**	**54,2**	**60,3**	**261,0**	**1800,0**	