приложение №1

к приказу №170/5 от 02.09.2026

Примерное десятидневное меню сад на 02.09.2026г.

		масса гр.		выход	пищевые вещества			энергетич ценность	цена	Сумма
		брутто	нетто	гр.	б	ж	у	(кал)	руб	
1 день										
ЗАВТРАК										
	Суп молочный с макаронными изделиями			**200**						
	молоко	70							120	8,4
	масло сливочное	2							800	1,6
	сахар	2							89	0,178
	вермишель	16							68	1,088
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
2 ЗАВТРАК										
	Печенье	20		**20**					190	3,8
ОБЕД										
	Суп гороховый			**200**						
	горох	20							65	1,30
	картофель	60							45	2,70
	лук репчатый	5							35	0,18
	морковь	5							40	0,20
	сметана	5							560	2,80
	масло растительное	2							180	0,36
	соль	2							25	0,05
	Плов с куриным мясом			**200**						
	куриное мясо	80							250	20,00
	лук репчатый	4							35	0,14
	морковь	8							40	0,32
	соль	2							25	0,05
	рис	40							120	4,80
	масло растительное	7							180	1,26
	Компот из яблок			**180**						
	яблоко	20							100	2,00
	сахар	15							89	1,34
	Хлеб	60		**60**					64	3,84
ПОЛДНИК										
	Запеканка творожная/сырники			**130**						
	творог	100							350	35,00
	масло сливочное	3							800	2,40
	яйцо	1/5							9	1,80
	сахар	10							89	0,89
	крупа манная	12							65	0,78
	молоко	20							120	2,40
	сметана	10							560	5,60
	Чай с сахаром			**200**						
	чай	1							1150	1,15
	сахар	15							89	1,34
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
	ИТОГО	686,2								**112,23**
2 день										
ЗАВТРАК										
	Каша манная с маслом			**200**						
	молоко	70							120	8,4
	сахар	10							89	0,89
	масло сливочное	4							800	3,2

	крупа манная	25							65	1,625
	соль	1							25	0,025
	Хлеб	35		35					64	2,24
					2 ЗАВТРАК					
	Яблоко	100		100					100	10
					ОБЕД					
	Суп с перловой крупой			200						
	картофель	60							45	2,70
	морковь	5							40	0,20
	лук	5							35	0,18
	перловка	18							50	0,90
	масло растительное	2							180	0,36
	сметана	5							560	2,80
	соль	2							25	0,05
	Котлета мясная			70						
	мясо	80							560	44,80
	лук	8							35	0,28
	хлеб	13							64	0,83
	яйцо	0,1							9	0,90
	молоко	10							120	1,20
	соль	2							25	0,05
	масло растительное	3							180	0,54
	Овощи тушенные			130						
	капуста	110							30	3,30
	морковь	30							40	1,20
	соль	1							25	0,03
	масло растительное	7							180	1,26
	лук репчатый	5							35	0,18
	Кисель			180						
	кисель	15							250	3,75
	сахар	10							89	0,89
	Хлеб	60		60					64	3,84
					ПОЛДНИК					
	Какао с молоком			200						
	какао	2							1100	2,20
	молоко	100							120	12,00
	сахар	20							89	1,78
	Хлеб с маслом			35/5						
	масло сливочное	5							800	4,00
	хлеб	35							64	2,24
	ИТОГО	858,1								**118,83**
					3 день					
					ЗАВТРАК					
	Суп пшенный молочный			200						
	молоко	70							120	8,4
	пшено	16							79	1,264
	масло сливочное	2							800	1,6
	соль	2							25	0,05
	Хлеб	35		35					64	2,24
					2 ЗАВТРАК					
	Печенье	20		20					190	3,8
					ОБЕД					
	Борщ со сметаной			200						
	картофель	50							45	2,25
	свекла	50							33	1,65
	капуста	50							30	1,50
	морковь	12							40	0,48
	лук	5							35	0,18
	томат	5							230	1,15

	масло растительное	2							180	0,36
	сметана	10							560	5,60
	соль	2							25	0,05
	Тефтели			**70**						
	мясо гов	80							560	44,80
	рис	10							120	1,20
	соль	2							25	0,05
	лук	10							35	0,35
	яйцо	0,1							9	0,90
	Соус томатный			**60**						
	томат	3							230	0,69
	мука	6							52	0,31
	масло сливочное	5							800	4,00
	соль	2							25	0,05
	Макароны отварные			**130**						
	макароны	30							68	2,04
	Масло слив	3							800	2,40
	Соль	2							25	0,05
	Компот из яблок			**180**						0,00
	яблоко	20							100	2,00
	сахар	15							89	1,34
	Хлеб	60		**60**					64	3,84
						ПОЛДНИК				
	Чай с сахаром			**200**						
	чай	1							1150	1,15
	сахар	15							89	1,34
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
	Омлет натуральный			**100**						
	яйцо	1							9	0,01
	молоко	20							120	2,40
	соль	1							25	0,03
	масло растительное	5							180	0,90
	ИТОГО	657,1								**102,65**
						4 день				
						ЗАВТРАК				
	Суп молочный гречневый			**200**						
	молоко	70							120	8,40
	масло сливочное	2							800	1,60
	соль	2							25	0,05
	крупа гречневая	16							130	2,08
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
						2 ЗАВТРАК				
	Яблоко	100		**100**					100	10
						ОБЕД				
	Суп фасолевый			**200**						
	картофель	70							45	3,15
	морковь	5							40	0,20
	фасоль	16							285	4,56
	лук	5							35	0,18
	масло растительное	2							180	0,36
	соль	2							25	0,05
	сметана	5							560	2,80
	Котлета рыбная			**70**						
	минтай	90							340	30,60
	соль	2							25	0,05
	лук	7							35	0,25
	масло сливочное	2							800	1,60
	молоко	10							120	1,20
	хлеб	13							64	0,83

	яйцо	0,1							9	0,90
	Рис припущенный			**130**						
	рис	30							120	3,60
	масло сливочное	3							800	2,40
	соль	2							25	0,05
	Чай с сахаром			**180**						
	чай	1							1150	1,15
	сахар	15							89	1,34
	Хлеб	60		60					64	3,84
						ПОЛДНИК				
	Каша овсяная молочная			**200**						
	овсяная крупа	30							76	2,28
	молоко	70							120	8,40
	сахар	10							89	0,89
	масло сливочное	4							800	3,20
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
	ИТОГО	714,1								**100,48**
						5 день				
						ЗАВТРАК				
	Каша молочная "Дружба"			**200**						
	рис	15							120	1,8
	молоко	70							120	8,4
	пшено	11							79	0,869
	сахар	5							89	0,445
	сливочное масло	4							800	3,2
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
						2 ЗАВТРАК				
	Печенье	20		**20**					190	3,8
						ОБЕД				
	Суп картофельный с макаронными изделиями			**200**						
	картофель	70							45	3,15
	морковь	5							40	0,20
	вермишель	16							68	1,09
	лук	5							35	0,18
	масло растительное	2							180	0,36
	сметана	5							560	2,80
	томат	2							230	0,46
	соль	2							25	0,05
	Биточки из индейки			**70**						
	мясо индейки	80							420	33,60
	хлеб	10							64	0,64
	яйцо	0,1							9	0,90
	масло сливочное	2							800	1,60
	лук	10							35	0,35
	соль	2							25	0,05
	молоко	10							120	1,20
	Соус сметанный			**60**						
	сметана	20							560	11,20
	мука	6							52	0,31
	масло сливочное	5							800	4,00
	соль	2							25	0,05
	Отварная пшенка			**130**						
	пшено	30							79	2,37
	масло сливочное	3							800	2,4
	соль	1							25	0,025
	Компот из яблок			**180**						0,00
	яблоко	20							100	2,00

	сахар	15							89	1,34
	Хлеб	60		**60**					64	3,84
						ПОЛДНИК				
	Оладьи			**80**						
	мука	40							52	2,08
	молоко	40							120	4,80
	яйцо	1/5							9	1,80
	дрожжи	1							500	0,50
	сахар	10							89	0,89
	масло растительное	4							180	0,72
	Чай с сахаром			**200**						
	чай	1							1150	1,15
	сахар	15							89	1,34
	ИТОГО	654,3								**108,18**
						6 день				
						ЗАВТРАК				
	Каша манная с маслом			**200**						
	молоко	70							120	8,4
	сахар	10							89	0,89
	масло сливочное	4							800	3,2
	крупа манная	25							65	1,625
	соль	1							25	0,025
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
						2 ЗАВТРАК				
	Печенье	20		**20**					190	3,8
						ОБЕД				
	Суп гороховый			**200**						
	горох	20							65	1,30
	картофель	60							45	2,70
	лук репчатый	5							35	0,18
	морковь	5							40	0,20
	сметана	5							560	2,80
	масло растительное	2							180	0,36
	соль	2							25	0,05
	Куры отварные			**70**						
	мясо КУРИННОЕ	80							250	20,00
	лук репчатый	4							35	0,14
	соль	2							25	0,05
	Соус сметанный			**60**						
	сметана	20							560	11,20
	мука	6							52	0,31
	масло сливочное	5							800	4,00
	соль	2							25	0,05
	Рис припущенный			**130**						
	рис	30							120	3,60
	масло сливочное	3							800	2,40
	соль	2							25	0,05
	Компот из яблок			**180**						
	яблоко	20							100	2,00
	сахар	15							89	1,34
	Хлеб	60		**60**					64	3,84
						ПОЛДНИК				
	Какао с молоком			**200**						
	какао	2							1100	2,20
	молоко	100							120	12,00
	сахар	20							89	1,78
	Хлеб с маслом			**35/5**						

	масло сливочное	5							800	4,00
	хлеб	35							64	2,24
	ИТОГО	675								**98,96**
					7 день					
					ЗАВТРАК					
	Суп молочный с макаронными изделиями			**200**						
	молоко	70							120	8,4
	масло сливочное	2							800	1,6
	сахар	2							89	0,178
	вермишель	16							68	1,088
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
					2 ЗАВТРАК					
	Яблоко	100		**100**					100	10
					ОБЕД					
	Суп с перловой крупой			**200**						
	картофель	60							45	2,70
	морковь	5							40	0,20
	лук	5							35	0,18
	перловка	18							50	0,90
	масло растительное	2							180	0,36
	сметана	5							560	2,80
	соль	2							25	0,05
	Тефтели			**70**						
	мясо гов	80							560	44,80
	рис	10							120	1,20
	соль	2							25	0,05
	лук	10							35	0,35
	яйцо	0,1							9	0,90
	Овощи тушенные			**130**						
	капуста	110							30	3,30
	морковь	30							40	1,20
	соль	1							25	0,03
	масло растительное	7							180	1,26
	лук репчатый	5							35	0,18
	Кисель			**180**						
	кисель	15							250	3,75
	сахар	10							89	0,89
	Хлеб	60		**60**					64	3,84
					ПОЛДНИК					
	Омлет натуральный			**100**						
	яйцо	1							9	9,00
	молоко	20							120	2,40
	соль	1							25	0,03
	масло растительное	5							180	0,90
	Чай с сахаром			**200**						
	чай	1							1150	1,15
	сахар	15							89	1,34
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
	ИТОГО	740,1								**109,48**
					8 день					
					ЗАВТРАК					
	Каша рисовая молочная			**200**						
	молоко	70							120	8,4
	сахар	10							89	0,89
	масло сливочное	3							800	2,4
	рис	30							120	3,6
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
					2 ЗАВТРАК					

	Печенье	20		**20**					190	3,8
					ОБЕД					
	Суп крестьянский с пшенной крупой			**200**						
	картофель	60							45	2,70
	морковь	5							40	0,20
	лук	5							35	0,18
	пшено	18							79	1,42
	масло растительное	2							180	0,36
	сметана	5							560	2,80
	соль	2							25	0,05
	Биточки из индейки			**70**						
	мясо индейки	80							420	33,60
	хлеб	10							64	0,64
	яйцо	0,1							9	0,90
	масло сливочное	2							800	1,60
	лук	10							35	0,35
	соль	2							25	0,05
	молоко	10							120	1,20
	Соус сметанный			**60**						
	сметана	20							560	11,2
	мука	6							52	0,312
	масло сливочное	5							800	4
	соль	2							25	0,05
	Картофельное пюре			**130**						
	картофель	180							45	8,10
	масло сливочное	5							800	4,00
	молоко	20							120	2,40
	соль	2							25	0,05
	Компот из яблок			**180**						0,00
	яблоко	20							100	2,00
	сахар	15							89	1,34
	Хлеб	60		**60**					64	3,84
					ПОЛДНИК					
	Каша манная с маслом			**200**						
	молоко	70							120	8,4
	сахар	10							89	0,89
	масло сливочное	4							800	3,2
	крупа манная	25							65	1,625
	соль	1							25	0,025
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
	ИТОГО	859,1								**121,04**
					9 день					
					ЗАВТРАК					
	Суп пшенный молочный			**200**						
	молоко	70							120	8,4
	пшено	16							79	1,264
	масло сливочное	2							800	1,6
	соль	2							25	0,05
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
					2 ЗАВТРАК					
	Яблоко	100		**100**					100	10
					ОБЕД					
	Суп фасолевый			**200**						
	картофель	70							45	3,15
	морковь	5							40	0,20
	фасоль	16							285	4,56
	лук	5							35	0,18
	масло растительное	2							180	0,36

	соль	2							25	0,05
	сметана	5							560	2,80
	Котлета рыбная			**70**						0,00
	минтай	90							340	30,60
	соль	2							25	0,05
	лук	10							35	0,35
	масло сливочное	2							800	1,60
	молоко	10							120	1,20
	хлеб	13							64	0,83
	яйцо	0,1							9	0,90
	Рис припущенный			**130**						
	рис	30							120	3,60
	масло сливочное	3							800	2,40
	соль	2							25	0,05
	Чай с сахаром			**180**						
	чай	1							1150	1,15
	сахар	15							89	1,34
	Хлеб	60		**60**					64	3,84
					ПОЛДНИК					
	Каша овсяная молочная			**200**						
	овсяная крупа	30							76	2,28
	молоко	70							120	8,40
	сахар	10							89	0,89
	масло сливочное	4							800	3,20
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
	ИТОГО	717,1								**99,77**
					10 день					
					ЗАВТРАК					
	Суп молочный гречневый			**200**						
	молоко	70							120	8,40
	масло сливочное	2							800	1,60
	соль	2							25	0,05
	крупа гречневая	16							130	2,08
	Хлеб	35		**35**					64	2,24
					2 ЗАВТРАК					
	Печенье	20		**20**					190	3,8
					ОБЕД					
	Борщ со сметаной			**200**						
	картофель	50							45	2,25
	свекла	50							33	1,65
	капуста	50							30	1,50
	морковь	12							40	0,48
	лук	5							35	0,18
	томат	5							230	1,15
	масло растительное	2							180	0,36
	сметана	10							560	5,60
	соль	2							25	0,05
	Жаркое по домашнему			**200**						
	мясо говяжье	100							560	56,00
	лук	10							35	0,35
	сметана	10							560	5,60
	картофель	180							45	8,10
	томат	3							230	0,69
	морковь	5							40	0,20
	масло сливочное	3							800	2,40
	соль	2							25	0,05
	Компот из яблок			**180**						
	яблоко	20							100	2,00
	сахар	15							89	1,34

	Хлеб	60		60				64	3,84
					ПОЛДНИК				
	Каша молочная "Дружба"			**200**					
	рис	15						120	1,8
	молоко	70						120	8,4
	пшено	11						79	0,869
	сахар	5						89	0,445
	сливочное масло	4						800	3,2
	Хлеб	35		**35**				64	2,24
	ИТОГО	879							**128,90**

итого 1100,521

на 1 ребенка 110,05

93,57