Скобелева Ольга Владимировна
Подписано цифровой подписью: Скобелева Ольга Владимировна
Дата: 2026.09.01 11:47:43 +07'00'

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ «Детский сад №207»
_____ Скобелева О.В.
Приказ №117-осн от 31.08.2026г.

Основное организованное меню, обогащенное витаминами и минеральными веществами продуктов питания воспитанников МАДОУ «Детский сад №207»

с 1,5 лет до 3 лет

г.Барнаул, 2026

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения _____ О.В.Скобелева
подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак								
	Каша молочная из хлопьев "Геркулес" с маслом	130	4,666	6,122	18,76	145,832	0,997	185
	Кофейный напиток с молоком	166	2,409	2,075	11,762	75,912	1,079	395
	Бутерброды с сыром рж	34	3,328	2,324	8,858	90,548	0,048	3
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	79,8	9,5	386
Итого за завтрак		425	10,782	10,901	48,689	392,092	11,624	
Обед								
	Овощи отварные с маслом	40	0,57	2,835	3,344	37,8	3,8	320
	Щи со сметаной на ов/бульоне	150	1,241	4,074	6,44	61,848	11,268	67
	Зразы мясные с яйцом	75	12,482	6,39	8,722	164,162	0,825	265
	Соус молочный (для запекания овощей, мяса,рыбы)	15	0,39	1,271	1,387	22,332	0,097	352
	Пюре картофельное	130	2,712	4,062	12,423	112,35	4,497	321
	Компот из изюма	150	0,207	0,045	11,91	47,34	0	376
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	104	0	
Итого за обед		600	20,641	18,997	63,906	549,832	20,487	
Полдник								
	Булочка "Косичка"	60	4,49	3,213	29,59	164,036	0,105	466
	Молоко кипяченое 2,5%	150	4,35	3,75	7,2	82,531	1,95	534
Итого за полдник		210	8,84	6,963	36,79	246,567	2,055	
Ужин								
	Запеканка из творога	120	14,423	10,996	16,793	182,271	0,226	237
	Соус молочный сладкий	30	0,585	1,369	4,086	30,298	0,195	351
	Сок	200	1	0,2	20,2	90	4	537
	Хлеб пшеничный	11	0,836	0,088	5,412	28,6	0	
	Хлеб ржаной	11	0,726	0,132	3,674	27,291	0	
Итого за ужин		372	17,57	12,784	50,165	358,46	4,421	
Итого за 1 день.		1607	57,833	49,645	199,549	1546,952	38,586	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения _____ О.В.Скобелева
подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 2								
Завтрак								
	Каша молочная пшенная с маслом	130	5,314	5,814	22,199	175,288	1,141	185
	Чай с молоком	180	3,226	2,697	12,571	118,123	1,481	394
	Бутерброды с маслом	43	3,293	5,264	18,619	144,136	0	1
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	79,8	9,5	386
Итого за завтрак		448	12,212	14,156	62,699	517,347	12,122	
Обед								
	Овощи отварные с маслом	40	0,57	2,835	3,344	37,8	3,8	320
	Суп с клецками на кур/бульоне	150	3,842	4,642	10,476	88,811	3,667	85
	Капуста тушеная с курицей	180	14,19	17,103	7,413	208,883	19,601	336
	Компот из сухофруктов	150	0,354	0	15,338	63,447	0	376
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	74,43	0	
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	26	0	
Итого за обед		560	21,696	25,02	51,511	499,371	27,068	
Полдник								
	Кефир	170	4,93	4,25	6,8	90,1	1,19	401
	Пряники	30	1,77	1,41	22,5	91,2	0	
Итого за полдник		200	6,7	5,66	29,3	181,3	1,19	
Ужин								
	Рыба, запеченная в омлете	120	13,838	7,381	3,036	125,493	0,42	249
	Овощи отварные с маслом (морковь)	100	1,258	2,643	6,001	49,236	3,689	320
	Сок	200	1	0,2	20,2	90	4	537
	Хлеб пшеничный	11	0,836	0,088	5,412	28,6	0	
	Хлеб ржаной	11	0,726	0,132	3,674	27,291	0	
Итого за ужин		442	17,659	10,444	38,323	320,621	8,109	
Итого за 2 день.		1650	58,267	55,279	181,833	1518,639	48,488	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения _____ О.В.Скобелева
подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 3								
Завтрак								
	Суп молочный с макаронными изделиями	130	3,799	4,206	13,919	106,178	0,592	100
	Кофейный напиток с молоком	166	2,409	2,075	11,762	75,912	1,079	395
	Бутерброды с сыром пш	33	3,854	2,528	13,279	100,822	0,046	3
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	79,8	9,5	386
Итого за завтрак		424	10,442	9,189	48,27	362,711	11,217	
Обед								
	Овощи отварные с маслом	40	0,57	2,835	3,344	37,8	3,8	320
	Борщ со сметаной на ов/бульоне	180	1,442	4,918	6,172	69,254	7,128	57
	Плов из отварной говядины	180	23,453	11,914	28,891	314,157	0,442	304
	Компот из изюма	150	0,207	0,045	11,91	47,34	0	376
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	74,43	0	
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	26	0	
	Яйцо вареное	20	2,54	2,3	0,14	31,4	0	227
Итого за обед		610	30,951	22,453	65,397	600,381	11,37	
Полдник								
	Пирожок печеный с яйцом и луком	60	4,475	4,054	14,44	166,847	2,638	454
	Молоко кипяченое 2,5%	180	5,22	4,5	8,64	99,037	2,34	534
Итого за полдник		240	9,695	8,554	23,08	265,884	4,978	
Ужин								
	Картофель запеченный	200	3,777	9,296	23,798	230,34	7,787	151
	Хлеб пшеничный	11	0,836	0,088	5,412	28,6	0	
	Хлеб ржаной	11	0,726	0,132	3,674	27,291	0	
	Сок	200	1	0,2	20,2	90	4	537
	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0	213
Итого за ужин		462	11,419	14,316	53,364	439,031	11,787	
Итого за 3 день.		1736	62,507	54,512	190,111	1668,008	39,351	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения _____ О.В.Скобелева
подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 4								
Завтрак								
	Пудинг из творога с рисом	100	13,06	9,758	22,392	192,826	0,218	236
	Какао с молоком	165	3,012	2,445	10,624	77,517	1,072	397
	Бутерброды с маслом	43	3,293	5,264	18,619	144,136	0	1
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	79,8	9,5	386
Итого за завтрак		403	19,744	17,848	60,945	494,28	10,791	
Обед								
	Овощи отварные с маслом	40	0,57	2,835	3,344	37,8	3,8	320
	Суп гороховый на ов/бульоне	150	3,269	3,645	14,37	99,956	4,194	81
	Жаркое по-домашнему	180	23,12	10,803	0	238,433	0	276
	Компот из сухофруктов	150	0,354	0	15,338	63,447	0	376
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	74,43	0	
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	26	0	
Итого за обед		560	30,053	17,723	47,992	540,066	7,994	
Полдник								
	Сухарики из пшеничного хлеба	50	3,511	0,397	12,497	132,323	0	114
	Молоко кипяченое 2,5%	170	4,93	4,25	8,16	93,535	2,21	534
Итого за полдник		220	8,441	4,647	20,657	225,858	2,21	
Ужин								
	Зразы рыбные с яйцом	70	8,286	3,399	4,751	72,763	0,223	265
	Соус молочный (для запекания овощей, мяса,рыбы)	15	0,39	1,271	1,387	22,332	0,097	352
	Пюре из свеклы (с маслом)	140	2,251	2,695	13,836	95,836	12,208	425
	Чай с молоком	180	3,226	2,697	12,571	118,123	1,481	394
	Хлеб пшеничный	11	0,836	0,088	5,412	28,6	0	
	Хлеб ржаной	11	0,726	0,132	3,674	27,291	0	
Итого за ужин		427	15,714	10,282	41,631	364,945	14,009	
Итого за 4 день.		1610	73,952	50,5	171,224	1625,148	35,004	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения _____ О.В.Скобелева
подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 5								
Завтрак								
	Каша молочная кукурузная с маслом	130	3,537	4,77	20,001	134,598	0,845	185
	Кофейный напиток с молоком	166	2,409	2,075	11,762	75,912	1,079	395
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	79,8	9,5	386
	Бутерброды с сыром пш	33	3,854	2,528	13,279	100,822	0,046	3
Итого за завтрак		424	10,18	9,753	54,352	391,132	11,47	
Обед								
	Овощи отварные с маслом	40	0,57	2,835	3,344	37,8	3,8	320
	Суп "Московский" со сметаной на ов/бульоне	150	2,376	3,187	16,812	94,027	5,238	80
	Печень по-строгановски	65	11,117	6,953	7,208	145,634	1,736	82
	Макароны отварные с маслом	100	3,549	2,708	21,93	86,486	0	205
	Компот из изюма	150	0,207	0,045	11,91	47,34	0	376
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	74,43	0	
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	26	0	
Итого за обед		545	20,558	16,168	76,144	511,717	10,774	
Полдник								
	Булочка Гребешок	60	4,299	2,055	28,433	148,22	0,105	462
	Молоко кипяченое 2,5%	150	4,35	3,75	7,2	82,531	1,95	534
Итого за полдник		210	8,649	5,805	35,633	230,751	2,055	
Ужин								
	Рагу овощное (3й вариант)	200	2,465	2,385	14,082	135,825	12,168	344
	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0	213
	Чай с молоком	180	3,226	2,697	12,571	118,123	1,481	394
	Хлеб пшеничный	11	0,836	0,088	5,412	28,6	0	
	Хлеб ржаной	11	0,726	0,132	3,674	27,291	0	
Итого за ужин		442	12,333	9,903	36,018	372,639	13,648	
Итого за 5 день.		1621	51,72	41,628	202,148	1506,238	37,948	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения _____ О.В.Скобелева
подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 6								
Завтрак								
	Каша пшеничная молочнаяс маслом	130	4,675	6,106	18,43	156,632	1,268	185
	Кофейный напиток с молоком	166	2,409	2,075	11,762	75,912	1,079	395
	Бутерброды с сыром рж	34	3,328	2,324	8,858	90,548	0,048	3
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	79,8	9,5	386
Итого за завтрак		425	10,792	10,885	48,359	402,892	11,894	
Обед								
	Овощи отварные с маслом	40	0,57	2,835	3,344	37,8	3,8	320
	Суп с рыбными консервами	150	6,054	2,391	9,938	84,4	4,212	87
	Тефтели мясные	75	9,885	5,437	9,355	132,978	0,984	287
	Капуста тушеная	110	2,145	3,571	10,852	78,766	17,758	132
	Компот из изюма	150	0,207	0,045	11,91	47,34	0	376
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	104	0	
Итого за обед		565	21,9	14,6	65,079	485,285	26,755	
Полдник								
	Булочка "Домашняя"	60	4,027	0,714	28,005	139,054	0	469
	Молоко кипяченое 2,5%	150	4,35	3,75	7,2	82,531	1,95	534
Итого за полдник		210	8,377	4,464	35,205	221,585	1,95	
Ужин								
	Запеканка морковная с творогом	115	10,59	9,353	16,811	165,951	2,171	154
	Соус молочный сладкий	30	0,585	1,369	4,086	30,298	0,195	351
	Сок	200	1	0,2	20,2	90	4	537
	Хлеб пшеничный	11	0,836	0,088	5,412	28,6	0	
	Хлеб ржаной	11	0,726	0,132	3,674	27,291	0	
	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0	213
Итого за ужин		407	18,817	15,741	50,463	404,94	6,366	
Итого за 6 день.		1607	59,886	45,69	199,107	1514,702	46,965	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения _____ О.В.Скобелева
подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 7								
Завтрак								
	Омлет натуральный	100	8,333	12,278	1,86	146,754	0,18	215
	Какао с молоком	165	3,012	2,445	10,624	77,517	1,072	397
	Бутерброды с маслом	43	3,293	5,264	18,619	144,136	0	1
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	79,8	9,5	386
Итого за завтрак		403	15,017	20,368	40,413	448,207	10,752	
Обед								
	Овощи отварные с маслом	40	0,57	2,835	3,344	37,8	3,8	320
	Суп с вермишелью на кур/бульоне	150	3,795	3,926	15,087	94,931	5,085	82
	Курица тушеная с гречкой	160	15,888	12,43	22,86	237,19	1,794	321
	Компот из сухофруктов	150	0,354	0	15,338	63,447	0	376
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	26	0	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	74,43	0	
Итого за обед		540	23,347	19,631	71,569	533,797	10,679	
Полдник								
	Расстегай с повидлом	60	3,545	1,897	33,232	164,424	0,02	454
	Молоко кипяченое 2,5%	150	4,35	3,75	7,2	82,531	1,95	534
Итого за полдник		210	7,895	5,647	40,432	246,955	1,97	
Ужин								
	Запеканка картофельная с печенью	190	11,527	7,113	19,571	211,947	5,345	291
	Хлеб пшеничный	11	0,836	0,088	5,412	28,6	0	
	Хлеб ржаной	11	0,726	0,132	3,674	27,291	0	
	Сок	200	1	0,2	20,2	90	4	537
Итого за ужин		412	14,089	7,533	48,857	357,838	9,345	
Итого за 7 день.		1565	60,348	53,179	201,271	1586,798	32,746	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения _____ О.В.Скобелева
подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 8								
Завтрак								
	Каша манная молочная с маслом	130	5,025	5,814	22,281	159,43	1,394	185
	Кофейный напиток с молоком	166	2,409	2,075	11,762	75,912	1,079	395
	Бутерброды с сыром пш	33	3,854	2,528	13,279	100,822	0,046	3
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	79,8	9,5	386
Итого за завтрак		424	11,668	10,797	56,632	415,963	12,019	
Обед								
	Овощи отварные с маслом	40	0,57	2,835	3,344	37,8	3,8	320
	Свекольник со сметаной на ов/бульоне	150	1,511	4,587	6,657	66,327	5,959	58
	Котлеты рыбные любительские	70	16,404	3,212	4,362	93,056	1,797	256
	Соус молочный (для запекания овощей, мяса,рыбы)	15	0,39	1,271	1,387	22,332	0,097	352
	Каша ячневая вязкая с маслом	110	1,881	4,618	15,188	105,682	0	314
	Компот из изюма	150	0,207	0,045	11,91	47,34	0	376
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	74,43	0	
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	26	0	
Итого за обед		575	23,703	17,008	57,787	472,968	11,653	
Полдник								
	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	90	0	609
	Снежок	170	4,59	4,25	18,36	107,1	1,53	401
Итого за полдник		200	6,84	7,19	40,68	197,1	1,53	
Ужин								
	Запеканка капустная	200	4,486	7,985	13,402	183,253	35,11	152
	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0	213
	Хлеб ржаной	11	0,726	0,132	3,674	27,291	0	
	Хлеб пшеничный	11	0,836	0,088	5,412	28,6	0	
	Чай с молоком	180	3,226	2,697	12,571	118,123	1,481	394
Итого за ужин		442	14,354	15,503	35,338	420,067	36,591	
Итого за 8 день.		1641	56,565	50,498	190,437	1506,098	61,793	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения _____ О.В.Скобелева
подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 9								
Завтрак								
	Вареники ленивые	100	14,448	11,721	16,455	183,468	0,22	230
	Чай с молоком	180	3,226	2,697	12,571	118,123	1,481	394
	Бутерброды с маслом	43	3,293	5,264	18,619	144,136	0	1
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	79,8	9,5	386
Итого за завтрак		418	21,346	20,063	56,955	525,527	11,201	
Обед								
	Овощи отварные с маслом	40	0,57	2,835	3,344	37,8	3,8	320
	Суп овощной со сметаной и з/горошком	150	1,412	4,085	6,865	64,152	11,628	40
	Запеканка из печени с рисом	65	10,438	3,447	7,907	122,465	0,459	294
	Пюре картофельное	130	2,712	4,062	12,423	112,35	4,497	321
	Компот из сухофруктов	150	0,354	0	15,338	63,447	0	376
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	26	0	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	74,43	0	
Итого за обед		575	18,225	14,869	60,817	500,643	20,384	
Полдник								
	Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	3,981	3,54	14,19	149,744	8,755	454
	Молоко кипяченое 2,5%	180	5,22	4,5	8,64	99,037	2,34	534
Итого за полдник		240	9,201	8,04	22,83	248,781	11,095	
Ужин								
	Пюре из гороха	200	13,704	7,608	27,209	205,213	0	422
	Хлеб пшеничный	11	0,836	0,088	5,412	28,6	0	
	Хлеб ржаной	11	0,726	0,132	3,674	27,291	0	
	Чай с молоком	180	3,226	2,697	12,571	118,123	1,481	394
Итого за ужин		402	18,491	10,525	48,865	379,227	1,481	
Итого за 9 день.		1635	67,264	53,497	189,468	1654,178	44,16	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения _____ О.В.Скобелева
подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецепуры
			Б	Ж	У			
День 10								
Завтрак								
	Каша "Дружба"молочная с маслом	130	4,798	7,151	17,882	154,031	0,997	266
	Кофейный напиток с молоком	166	2,409	2,075	11,762	75,912	1,079	395
	Бутерброды с сыром пш	33	3,854	2,528	13,279	100,822	0,046	3
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	79,8	9,5	386
Итого за завтрак		424	11,441	12,133	52,233	410,564	11,622	
Обед								
	Овощи отварные с маслом	40	0,57	2,835	3,344	37,8	3,8	320
	Рассольник со сметаной на ов/бульоне	150	1,441	4,138	12,406	81,626	4,536	76
	Гуляш из отварного мяса	140	25,921	11,894	0	221,052	0	277
	Макароны отварные с маслом	100	3,549	2,708	21,93	86,486	0	205
	Компот из изюма	150	0,207	0,045	11,91	47,34	0	376
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	74,43	0	
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	26	0	
Итого за обед		620	34,427	22,061	64,53	574,734	8,336	
Полдник								
	Вафли	30	0,84	0,99	23,19	108	0	
	Молоко кипяченое 2,5%	170	4,93	4,25	8,16	93,535	2,21	534
Итого за полдник		200	5,77	5,24	31,35	201,535	2,21	
Ужин								
	Картофель, тушенный в сметанном соусе	190	4,078	9,092	29,053	207,925	13,841	133
	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0	213
	Хлеб пшеничный	11	0,836	0,088	5,412	28,6	0	
	Хлеб ржаной	11	0,726	0,132	3,674	27,291	0	
	Чай с молоком	180	3,226	2,697	12,571	118,123	1,481	394
Итого за ужин		432	13,946	16,61	50,99	444,738	15,322	
Итого за 10 день.		1676	65,584	56,044	199,102	1631,571	37,49	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения _____ О.В.Скобелева
подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Пищевые вещества(г)			Энергети-ческая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ рецепу-ры
	Б	Ж	У			
Итого за весь период	613,926	510,474	1924,25	15758,332	422,531	
Среднее значение за период	61,393	51,047	192,425	1575,833	42,253	
Содердание Б, Ж, У в меню за период в % от кал-ти	16,65	31,15	52,19			

Прошнуровано, пронумеровано,
скреплено печатью на 12 листах
«31» 08 2026 года
Заведующий МАДОУ «Д/с № 207»
_____ О.В. Скобелева