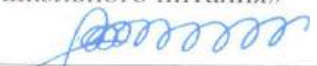


Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «Кировский комбинат
школьного питания»

В.И.У.Воробьев
« 12 » января 2026 г.

Согласовано:
Заведующий МБДОУ «Детский сад №455»
г.о. Самара
 Л.Б.Липатова
« 12 » января 2026 г.

**Примерное десятидневное меню
для детей дошкольной группы
с уплотненным полдником от 3 до 7 лет
(безмолочное меню зимний вариант)
МБДОУ «Центр развития ребенка-детский сад №455»
г.о. Самара**

(2-х недельное)

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

[illegible]

(2-х недельное)

Меню на 1 неделю вторник

[illegible]

(2-х недельное)

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 1 неделю среда

[illegible]

(2-х недельное)

Меню на 1 неделю четверг

[illegible]

(2-х недельное)

Меню на 1 неделю пятница

[illegible]

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 2 неделю понедельник

[illegible]

(2-х недельное)

(2-х недельное)

категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 2 неделю вторник

[illegible]

(2-х недельное)

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 2 неделю среда

[illegible]

(2-х недельное)

Меню на 2 неделю четверг

[illegible]

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 2 неделю пятница

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	Завтрак										
2	Бутерброд с повидлом	40	4,23	0,66	38,62	172,24	0,033	0,009	0,08	6,8	0,49
168	Каша вязкая ячневая с сахаром	155	3,75	0,45	29,44	136,8	0,077	0,024	0	35,3	0,68
тк123	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	7,5	30,4	0	0	0,03	8	0,28
тк249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33
	Итого	405	10,05	1,43	89,15	404,54	0,143	0,042	0,11	56,1	1,78
	Второй завтрак										
тк392	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	16,18	69,41	0,01	0,05	90	19,2	0,57
	Итого	585	10,66	1,68	105,33	473,95	0,153	0,092	90,11	75,3	2,35
	Обед										
63	Салат из моркови с курагой	50	0,73	0,053	7,17	32,1	0,029	0,037	2,28	17,05	0,42
82	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,8	0,09	0,05	6,6	19,68	0,86
304	Плов из птицы	200	18,2	15,28	34,39	347,88	0,117	0,1	0,61	41,57	1,92
тк387	Компот из изюма	180	0,4	0,018	22,51	91,8	0,0018	0,0054	0,36	28,63	1,12
тк249	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,5	22,65	108,5	0,055	0,015	0	10	0,55
тк250	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,85	0,7	18,85	100,5	0,1	0,045	0	16,5	2,25
	Итого	730	28,68	18,821	119,28	764,58	0,3928	0,2524	9,85	133,43	7,12
	Уплотненный полдник										
тк125/2	Корж «Сластена»	50	3,8	14,95	25	249,75	0,085	0,035		25,77	0,61
271	Кнели из рыбы с соусом томатным (348) 40/30	70	5,8	2,93	4,62	67,85	0,036	0,045	0,86	23,56	0,37
199	Пюре гороховое	130	10,79	4,52	16,64	150,4	0,247	0,073	0,52	18,2	1,68
тк123	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	7,5	30,4	0	0	0,03	8	0,28
тк249	Хлеб пшеничный	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,077	0,021	0	14	0,77
388	Компот из кураги	200	0,44	0,02	25,06	102,2	0,002	0,006	0,4	31,82	1,24
	Итого:	700	25,58	23,14	110,53	752,5	0,447	0,18	1,81	121,35	4,95
	Всего за день	2015	64,92	43,64	335,14	1991,03	0,99	0,52	101,77	330,08	14,42

1. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях-2011г, ДеЛи принт-544с, руковод.М.П.Могильный, В.А.Тутельян
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях-2012, ДеЛи принт-584с, руковод.М.П.Могильный, В.А.Тутельян
3. ТТК-техничко-технологические карты на новые, фирменные и вновь разработанные блюда организацией.