

УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МАДОУ «Детский сад №267»
от «08» 10 2025 № 144



Основное (организованное) меню

воспитанников муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения

«Детский сад №267»

Возрастная категория: от 2 лет до 3 лет

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 2 лет до 3 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	150	2,08	4,05	53,83	238,06	3/4
	Бутерброд с маслом	25	1,5	5,38	9,13	91,25	1
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,47	37,89	392
Итого за завтрак		355	3,6	9,5	72,4	367,2	
Обед	Суп гороховый с мясом говядины	150	4,26	1,53	14,07	83,91	68
	Мясо(говядина), тушеное с овощами в соусе	160	12,99	12,43	25,93	215,28	274
	Салат луковый	30	0,266	0,5	1,4	6,27	58
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	0,48	72,4	3
	Сок фруктовый	166	0,45	0	9	37,9	10а
Итого за обед		566	21,8	15,4	59,3	458,6	
Полдник	Кондитерское изделие	20	3,15	5,45	19,8	69,66	99
	Молоко кипяченое	170	5,17	4,61	8,57	96,34	400
	Фрукты свежие	119	0,4	0,4	9,8	44	288
Итого за полдник		309	8,7	10,5	38,2	210,0	
Ужин	Морковь тушеная	150	1,14	7,09	13,3	210,11	10/3
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	63
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,545	10,5	54	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,47	37,89	392
Итого за ужин		400	7,9	12,3	33,6	365,0	
Итого за день		1630	42,1	47,5	203,4	1400,8	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 2 лет до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,13	11,7	34,08	139,74	93
	Бутерброд с маслом и сыром	33	3,3	3,35	10,37	86,27	2
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,99	397
Итого за завтрак		363	11,1	18,2	60,3	333,0	
Обед	Свекольник с мясом птицы со сметаной	150	2,08	3,3	10,78	107,75	5/2
	Плов с мясом говядины	160	6,08	10,97	30,08	166,6	91
	Овощи отварные порционно(морковь)	30	0,38	0,4	1,3	7,4	338
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	0,48	72,4	3
	Кисель из варенья	150	0,06	0	18,69	70,05	12
Итого за обед		550	12,5	15,6	69,7	467,1	
Полдник	Булочка домашняя	50	2,61	5,08	23,94	84,87	101
	Кисломолочный продукт	150	4,64	4	6,72	81,072	21
	Фрукты свежие	119	0,4	0,4	9,8	44	288
Итого за полдник		319	7,7	9,5	40,5	209,9	
Ужин	Суфле рыбное	160	9	1,6	12,2	275,7	341
	Соус молочный	40	0,83	2,1	2,84	33,52	350
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,47	37,89	392
Итого за ужин		400	11,1	4,1	32,9	390,0	
Итого за день		1632	42,3	47,4	203,3	1400,0	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 2 лет до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Каша кукурузная молочная с маслом	130	1,93	3,84	14,3	103,35	185
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	63
	Бутерброд с маслом	25	1,5	5,38	9,13	91,25	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,36	91,01	395
Итого за завтрак		375	11,4	16,2	38,1	348,6	
Обед	Суп «Московский» с мясом птицы со сметаной	150	0,9	1,68	26,2	61,95	80
	Голубцы ленивые	160	3,11	8,04	51,06	219,01	298
	Овощи свежие порционно	30	0,36	0,05	1,13	6,3	69
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	0,48	72,4	3
	Сок фруктовый	166	0,45	0	9	37,9	10а
Итого за обед		566	8,7	10,7	96,2	440,4	
Полдник	Кондитерское изделие	20	0,24	1,6	8,74	69,7	583
	Молоко кипяченое	170	5,17	4,61	8,57	96,34	400
	Фрукты свежие	119	0,4	0,4	9,8	44	288
Итого за полдник		309	5,8	6,6	27,1	210,0	
Ужин	Палочки творожные с курагой	150	13,91	11,01	17,05	269,5	133
	Соус молочный сладкий	50	0,97	2,26	6,63	50,75	351
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,47	37,89	392
Итого за ужин		400	16,2	13,7	41,5	401,0	
Итого за день		1650	42,0	47,2	203,0	1400,1	

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 2 лет до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	Каша пшеничная(полтавская) на молоке с маслом	150	2,88	4,5	30,2	145,5	15/4
	Бутерброд с маслом и сыром	33	3,3	3,35	10,37	86,27	2
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,99	397
Итого за завтрак		363	9,9	11,0	56,4	338,8	
Обед	Суп с клецками с мясом птицы со сметаной	150	2,83	1,29	12,68	107,68	43
	Картофельное пюре	120	2,19	5,6	22,7	87	3/3
	Печень, тушенная в сметане	80	5,78	6,57	13,94	100,5	103
	Овощи соленные порционно(огурец)	30	0,24	0,03	1,05	6,2	б/н
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	0,48	72,4	3
	Компот из с/фр с вит.С	150	0,38	0	13,73	54	6/10
Итого за обед		590	15,3	14,4	73,0	470,7	
Полдник	Крендель сахарный	50	3,47	6,54	25,4	84,9	555
	Кисломолочный продукт	150	4,64	4	6,72	81,072	21
	Фрукты свежие	119	0,4	0,4	9,8	44	288
Итого за полдник		319	8,5	10,9	41,9	210,0	
Ужин	Пудинг рыбный запеченный	150	6,07	8,04	10,9	264,4	269
	Соус молочный	50	1,03	2,1	3,04	35,6	350
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,47	37,89	392

Итого за ужин	400	8,4	10,6	31,8	380,8	
Итого за день	1672	42,0	47,0	203,0	1400,2	

**Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20**

**Менюготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 2 лет до 3 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с маслом	150	4,58	4,05	15,03	152,7	8/4
	Бутерброд с маслом	25	1,5	5,38	9,13	91,25	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,36	91,01	395
Итого за завтрак		355	8,9	11,8	38,5	335,0	
Обед	Щи из свежей капусты с мясом говядины со сметаной	150	0,2	1,95	25,05	42	6/2
	Перловый гарнир	110	4,37	6,94	49,18	143,1	248
	Шницель из мяса говядины	50	7,78	5,78	7,85	114,38	282
	Соус красный	20	0,29	0,48	1,85	12,94	465
	Икра кабачковая	30	0,39	0,78	1,6	14,8	4
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	0,48	72,4	3
	Сок фруктовый	166	0,45	0	9	37,9	10a
Итого за обед		586	17,3	16,8	103,4	480,4	
Полдник	Кондитерское изделие	30	0,87	1	20,25	106,25	152
	Молоко кипяченое	170	5,17	4,61	8,57	96,34	400
Итого за полдник		200	6,0	5,6	28,8	202,6	
Ужин	Свекла тушеная	150	2,94	7,6	12,2	227,6	134
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	63
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,545	10,5	54	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,47	37,89	392

Итого за ужин	400	9,7	12,8	32,5	382,5	
Итого за день	1541	42,0	47,1	203,2	1400,4	

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 2 лет до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 6							
Завтрак	Макаронные изделия отварные с маслом	140	4,08	3,87	35,1	208,8	204
	Бутерброд с маслом и сыром	33	3,3	3,35	10,37	86,27	2
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,47	37,89	392
Итого за завтрак		353	7,4	7,2	54,9	333,0	
Обед	Суп рыбный из консервы	150	3,11	6,56	19,09	81,31	42
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	3,36	2,97	44,69	103,1	3/4
	Котлета из мяса говядины	50	7,78	5,78	7,85	114,38	282
	Соус красный	20	0,29	0,48	1,85	12,94	465
	Салат из белокочанной капусты	30	0,4	0,52	1,3	6,87	20
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	0,48	72,4	3
	Сок фруктовый	166	0,45	0	9	37,9	10а
Итого за обед		586	19,3	17,2	92,6	471,8	
Полдник	Кондитерское изделие	20	0,24	1,6	12,24	69,7	583
	Молоко кипяченое	170	5,17	4,61	8,57	96,34	400
	Фрукты свежие	119	0,4	0,4	9,8	44	288
Итого за полдник		309	5,8	6,6	30,6	210,0	
Ужин	Омлет натуральный с маслом	150	7,28	15,8	2,67	277,86	215
	Зеленый горошек консервированный	40	1,24	0,08	2,6	16	3а
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,545	10,5	54	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,47	37,89	392

Итого за ужин	400	10,2	16,4	25,2	385,8	
Итого за день	1648	42,6	47,5	203,4	1400,5	

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 2 лет до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 7							
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	130	1,06	3,49	15,5	106	14
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	63
	Бутерброд с маслом	25	1,5	5,38	9,13	91,25	1
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,99	397
Итого за завтрак		375	11,3	16,7	40,8	367,2	
Обед	Суп овощной с мясом птицы, со сметаной	150	0,98	1,58	3,75	99,85	12/2
	Картофельное пюре	120	2,19	5,6	22,7	87	3/3
	Тефтели рыбные в соусе	60	1,12	0,97	4,94	65,54	11/7
	Овощи отварные порционно(свекла)	30	0,38	0,4	1,3	7,4	338
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	0,48	72,4	3
	Компот из с/фр с вит.С	150	0,38	0	13,73	54	6/10
Итого за обед		570	8,9	9,5	55,3	429,1	
Полдник	Расстегай с повидлом	60	1,1	3,1	48,93	78	148
	Кисломолочный продукт	150	4,64	4	6,72	81,072	21
	Фрукты свежие	119	0,4	0,4	9,8	44	288
Итого за полдник		329	6,1	7,5	65,5	203,1	
Ужин	Палочки творожные с курагой	150	13,91	11,01	17,05	269,5	133
	Соус молочный сладкий	50	0,97	2,26	6,63	50,75	351
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,47	37,89	392
Итого за ужин		400	16,2	13,7	41,5	401,0	

Итого за день	1674	42,5	47,3	203,0	1400,4	
---------------	------	------	------	-------	--------	--

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 2 лет до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 8							
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом	150	3,5	3,98	23,03	152,7	14/4
	Бутерброд с маслом и сыром	33	3,3	3,35	10,37	86,27	2
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,36	91,01	395
Итого за завтрак		363	9,6	9,7	47,8	330,0	
Обед	Рассольник «Ленинградский» с мясом птицы со сметаной	150	1,26	3,08	9,96	115,85	76
	Бигус с мясом говядины	160	8,4	14,64	32,16	170,4	329
	Овощи свежие порционно	30	0,36	0,05	1,13	6,3	69
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	0,48	72,4	3
	Сок фруктовый	166	0,45	0	9	37,9	10a
Итого за обед		566	14,3	18,7	61,1	445,7	
Полдник	Кондитерское изделие	20	0,58	0,67	13,5	69,7	148
	Молоко кипяченое	170	5,17	4,61	8,57	96,34	400
	Фрукты свежие	119	0,4	0,4	9,8	44	288
Итого за полдник		309	6,2	5,7	31,9	210,0	
Ужин	Запеканка из печени с рисом	160	9,87	10,33	41,98	300,1	294
	Соус молочный	40	0,83	2,1	2,84	33,52	350
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,47	37,89	392
Итого за ужин		400	12,0	12,9	62,7	414,4	
Итого за день		1638	42,1	47,0	203,4	1400,2	

Приложение
№8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 2 лет до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 9							
Завтрак	Пудинг из творога	150	11,11	14,2	20,2	133,2	235
	Повидло	15	0	0	18,8	36	б/н
	Бутерброд с маслом	25	1,5	5,38	9,13	91,25	1
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,99	397
Итого за завтрак		370	16,3	22,8	64,0	367,4	
Обед	Суп с макаронными изд. с мясом птицы	150	1,62	1,71	10,29	62,85	82
	Гороховое пюре	110	2,39	3,11	17,61	131,55	77
	Котлеты из мяса птицы	50	5,07	2,4	6,27	85,54	107
	Салат луковый	30	0,266	0,5	1,4	6,27	58
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	0,48	72,4	3
	Кисель из варенья	150	0,06	0	18,69	70,05	12
Итого за обед		550	13,3	8,6	63,1	471,5	
Полдник	Булочка «Русская коса»	50	2,11	1,08	19,8	82,8	101
	Кисломолочный продукт	150	4,64	4	6,72	81,072	21
	Фрукты свежие	117	0,4	0,4	9,8	44	288
Итого за полдник		317	7,2	5,5	36,3	207,9	
Ужин	Морковь тушеная	150	1,14	7,09	8,3	201,11	10/3
	Биточки рыбные	50	2,88	2,72	13,7	71,25	29
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,47	37,89	392

Итого за ужин	400	5,3	10,3	39,8	353,1	
Итого за день	1637	42,0	47,1	203,2	1400,0	

Приложение

№8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 2 лет до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 10							
Завтрак	Каша манная молочная с маслом	150	1,98	2,83	25,63	158,72	5/4
	Бутерброд с маслом и сыром	33	3,3	3,35	10,37	86,27	2
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,36	91,01	395
Итого за завтрак		363	8,1	8,6	50,4	336,0	
Обед	Борщ с мясом говядины со сметаной	150	0,96	2,91	6,56	56,25	56
	Рис припущенный	110	2,26	2,95	26,86	127,4	247
	Гуляш из мяса говядины	60	7,65	6,1	9,4	126,8	277
	Овощи отварные порционно(морковь)	30	0,38	0,4	1,3	7,4	338
	Хлеб пшеничный	20	1,228	0,428	8,372	42,886	3
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	0,48	72,4	3
	Сок фруктовый	170	0,45	0	9	37,9	10a
Итого за обед		580	15,6	13,3	62,0	471,0	
Полдник	Кондитерское изделие	30	4,52	8,68	41,5	114,1	99
	Молоко кипяченое	170	5,17	4,61	8,57	96,34	400
Итого за полдник		200	9,7	13,3	50,1	210,4	
Ужин	Рагу овощное	150	2,25	6,95	22,41	239,5	57
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	63
	Хлеб пшеничный	30	1,228	0,428	8,372	42,886	3

Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,47	37,89	392
Итого за ужин	400	8,6	12,0	40,6	383,3	
Итого за день	1543	42,0	47,1	203,0	1400,8	