

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «СТЕПАШКА»

ПРИКАЗ

№ 59

от «29» августа 2025 г.

с. Новороманово

**Об утверждении примерного 10-дневного
меню и технологических карт на 2025 2026 учебный год**

В соответствии с СанПин 2.3./2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организациях», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32 и с целью организации сбалансированного рационального питания детей и сотрудников в учреждении, строгого выполнения и соблюдения технологии приготовления блюд в соответствии с меню, выполнением норм и калорийности, а также осуществления контроля по данному вопросу

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить с 01 сентября 2025 г. примерное 10-ти дневное меню для организации питания детей от 1,5 до 3 лет и от 3 до 7 лет в МБДОУ детский сад «Степашка» с 12-ти часовым пребыванием.
2. Утвердить технологические карты, разработанные на основе «Сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в двух частях - под. Ред. Доц. Коровка Л.С.; Доц. Добросердова И.И. и др.».
3. Завхозу Мамонтовой Светлане Владимировне обеспечить своевременную заявку и завоз набора основных продуктов согласно нового 10-ти дневного меню, прием, выдачу продуктов питания, осуществление постоянного контроля за условиями их хранения.
4. Поварам Бейс И.С., Ноздрихиной О.М. строго соблюдать выполнение 10-ти дневного меню.
5. Членам бракеражной комиссии Фаттаевой Э.С., Мамонтовой С.В., проводить контроль за технологией приготовления блюд, согласно технологическим картам.
5. Приказ № 53 от 30.08.2024 г. считать не действительным
6. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий



Э.С. Фаттаева

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с «Степашка»



Э.С. Фаттаева

Приказ № 39 от «29» сентября 2025 г.



ПРИМЕРНОЕ

10 - дневное меню для питания детей дошкольного возраста (от 2 до 3 лет) и (от 3 до 7 лет) посещающих муниципальное бюджетное образовательное учреждение детский сад «Степашка»
(с 12- часовым пребыванием)

2025 год

1 день

1 день	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда гр/мл		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепту ры	
					Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)				
			1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	3 лет до 7 лет		
Завтрак 350 гр./400 гр.		Каша молочная манная с маслом	150	200	3,4	6,21	3,96	7,47	22,94	25,09	141	192	88
		Чай с сахаром	200	200	12	12	3,1	3,1	14	14	53,06	53,06	113
		Батон с повидлом	20/5	30/8	1,53	2,32	2,63	0,24	9,74	20,08	70	92	2
			375	438							264,06	337,06	
Итого за завтрак Второй завтрак 100/100 гр.		Сок или фрукт	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	11	11	44	44	
			100	100							44	44	
		Итого за второй завтрак	150/5	250/11	6,61	6,9	5,31	5,46	13,14	13,54	207,8	230,8	202
		Обед											
450 гр./600 гр.		Суп овощной со сметаной на к/б	180	230	7,4	9,45	4,58	5,85	21,04	26,88	189,73	375,15	88
		Плов из курицы	150	200	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37	72,57	96,76	40
		Компот из сухофруктов	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141	
		Хлеб пшеничный	525	751							564,1	843,71	
Итого за обед Уплотненный полдник 400 гр./500 гр.		Горошница	150	200	5,04	46,3	2,76	3,5	15	18,8	273,16	300,05	211
		Пряник	30	60	1,5	3	1,5	3	22	44	108	216	
		Чай с сахаром	200	200	12	12	3,1	3,1	14	14	53,06	53,06	113
		Хлеб пшеничный	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	94	94	
		Итого за уплотненный полдник	420	500							528,22	663,11	
		Итого за день									1400,38	1887,88	

2 день

[illegible]

3 день

3 день	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда гр/мл	Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры			
				Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)						
				1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет					
Завтрак 350 гр./400 гр.		Каша молочная кукурузная с маслом	150	200	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	192	91			
		Чай с сахаром	200	200		3,1	3,1	14	53,06	53,06	113			
		Батон с маслом	20/3	30/4		2,63	3,54	9,74	70	101	1			
		Итого за завтрак	373	434					302,81	346,06				
Второй завтрак 100/100 гр.		Сок или фрукт	100	100		0,1	0,1	11	44	44				
	Итого за второй завтрак		100	100					44	44				
Обед 450 гр./600 гр.		Борщ со сметаной на к/б	150/5	250/11		1,04	1,73	2,94	4,9	12,2	170	192,27	57	
		Котлета рыбная	60	80		16,27	21,7	4,67	6,23	3,88	5,17	123,95	165,27	43
		Крупа перловая отварная с маслом	100	150		2,93	4,40	2,82	4,23	20,87	31,31	122	183	186
		Томатный соус	20	30		0,2	0,3	0,7	1,1	1,4	2,1	13,1	19,7	2
		Компот из сухофруктов	150	200		0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37	72,57	96,76	40
		Хлеб пшеничный	40	60		3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141	
Итого за обед			525	781							645,22	798		
	Уплотненный полдник 400 гр./500 гр.	Запеканка овощная	150	200		4,48	5,97	6,2	8,3	11,5	15,3	212,6	283,5	62
		Печенье	25	50		1,75	3,50	4,25	8,50	16,5	33	110	220	
		Какао с молоком	200	200		1,2	1,2	1,3	1,3	13	13	100	100	397
		Хлеб пшеничный	40	40		3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	94	94	
		Итого за уплотненный полдник	415	490								516,6	697,5	
Итого за день											1508,63	1885,56		

4 день

4 день	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда гр./мл	Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры
				Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)			
			1,5 лет до 3 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет		
	Завтрак 350 гр./400 гр.	Каша молочная ячневая с маслом	150	4,98	6,64	5,69	7,59	21,10	153	204	99
		Чай с сахаром	200	12	12	3,1	3,1	14	53,06	53,06	113
		Батон с маслом и сыром	20/3/8	3,37	5,06	4,95	7,02	9,74	99	144	3
			381						305,06	401,06	
	Итого за завтрак		100	0,5	0,5	0,1	0,1	11	44	44	
	Второй завтрак 100/100 гр.	Сок или фрукт	100							44	
	Итого за второй завтрак		100								
	Обед 450 гр./600 гр.	Суп с рыбными консервами	150	5,16	8,60	5,04	8,40	8,60	100	167	87
		Гуляш	60	4,5	6	5,7	7,6	1,85	173,6	184,8	277
		Макароны отварные с маслом	100	3,67	5,51	3,01	4,52	17,63	112	168	317
		Компот из сухофруктов	150	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37	72,57	40
		Хлеб пшеничный	40	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141
	Итого за обед		500						552,17	757,56	
	Уплотненный полдник 400 гр./500 гр.	Рис отварной с овощами	100	2,57	3,86	4,67	7	17,0	141,33	212	191
		Пирог с капустой и яйцом	60	4,52	6,02	5,23	8,36	20,78	165,8	213	454
		Кофейный напиток	200	2,85	2,85	2,41	2,41	14,36	100	100	395
		Хлеб пшеничный	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	94	94	
	Итого за уплотненный полдник		400						501,13	619,0	
	Итого за день								1402,36	1821,62	

5 день

№ рецеп- туры	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества								№
		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)		
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда гр/мл		Белки (г)		Жиры (г)			Углеводы (г)	
5 день		1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак 350 гр./400 гр.	Каша молочная геркулесовая с маслом	150	200	4,76	6,35	6,38	8,51	16,4	21,86	
	Чай с сахаром	200	200	12	12	3,1	3,1	14	14	53,06
	Батон с маслом	20/3	30/4	1,53	2,3	2,63	3,54	9,74	14,61	101
		373	434							341,06
Итого за завтрак	Сок или фрукт	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	11	11	44
Второй завтрак 100/100 гр.										44
Итого за второй завтрак	Свекольник со сметаной на к/б	100	100							44
Обед 450 гр./600 гр.	Картофельная запеканка с курицей	125	165	8,91	12,13	6,59	9,5	20,43	25,7	277
	Томатный соус	20	30	0,2	0,3	0,7	1,1	1,4	2,1	13,1
	Компот из сухофруктов	150	200	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37	72,57
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94
Итого за обед		490	716							671,09
Уплотненный полдник 400 гр./500 гр.	Каша молочная гречневая с маслом	150	200	5,23	6,97	7,8	10,4	18,75	25,0	166,8
	Пряник	30	60	1,5	3	1,5	3	22	44	108
	Чай с сахаром	200	200	12	12	3,1	3,1	14	14	53,06
	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	94
Итого за уплотненный полдник		420	500							421,86
Итого за день										1400,26
Итого за день										1801,34

6 день

6 день	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда гр./мл		Пищевые вещества						Энергетическая ценность, (ккал)	№ рецеп- туры
					Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)			
			1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет		
	Завтрак 350 гр./400 гр.	Каша молочная манная с маслом	150	200	3,4	6,21	3,96	7,47	22,94	141	192	88
		Чай с сахаром	200	200	12	12	3,1	3,1	14	53,06	53,06	113
		Батон с повидлом	20/5	30/8	1,53	2,32	2,63	0,24	9,74	70	92	2
	Итого за завтрак		375	438						264,06	337,06	
	Второй завтрак 100/100 гр.	Сок или фрукт	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	11	44	44	
	Итого за второй завтрак		100	100						44	44	
	Обед 450 гр./600 гр.	Суп гороховый со сметаной на к/б	150/5	200/11	3,29	5,49	3,07	5,27	9,79	16,32	277	81
		Ленивые голубцы	120	140	10,46	12,2	8,85	10,33	8,51	9,93	155,6	181,6
		Крупа ячневая отварная с маслом	120	150	6,84	8,55	2,89	7,23	16,47	41,17	108,2	270,5
		Томатный соус	20	30	0,2	0,3	0,7	1,1	1,4	2,1	13,1	19,7
		Компот из сухофруктов	150	200	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37	72,57	96,76
		Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141
	Итого за обед		605	791						680,47	986,56	
	Уплотненный подник 400 гр./500 гр.	Макароны отварные с маслом	150	200	5,51	7,34	4,52	6,02	26,45	35,26	168	224
		Печенье	25	50	1,75	3,50	4,25	8,50	16,5	33	110	220
		Какао с молоком	200	200	1,2	1,2	1,3	1,3	13	100	100	397
		Хлеб пшеничный	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	94	94
	Итого за уплотненный подник		415	490						472	638	
	Итого за день									1454,53	2005,6	

7 день

7 день	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда гр/мл		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры	
					Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)				
			1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет			
	Завтрак 350 гр./400 гр.	Каша молочная рисовая с маслом	150	200	4,16	5,55	5,60	7,47	19,56	26,08	144	192	173
		Чай с сахаром	200	200	12	12	3,1	3,1	14	14	53,06	53,06	113
		Батон с маслом	20/3	30/4	1,53	2,3	2,63	3,54	9,74	14,61	70	101	1
			373	434							267,06	346,06	
	Итого за завтрак		100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	11	11	44	44	
	Второй завтрак 100/100 гр.	Сок или фрукт	100	100							44	44	
	Итого за второй завтрак		100	100							44	44	
	Обед 450 гр./600 гр.	Суп картофельный с вермишелью со сметаной на к/б	150/5	250/11	1,61	2,97	1,70	2,98	10,2	17,54	263,8	342,7	233
		Жаркое по-домашнему	180	200	11,21	12,46	10,18	11,31	15,53	17,26	207	300	160
		Кисель	150	200	0	0	0	0	13,5	18	46,5	60	233
		Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141	
	Итого за обед		525	721							611,3	843,7	
	Уплотненный полдник 400 гр./500 гр.	Гречка отварная с маслом	130	160	5,73	8,59	4,06	6,09	25,76	38,64	162	243	313
		Булка сдобная	60	60	4,53	4,53	6,11	6,11	27,8	27,8	197,16	197,16	9
		Чай с сахаром	200	200	12	12	3,1	3,1	14	14	53,06	53,06	113
		Хлеб пшеничный	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	94	94	
	Итого за уплотненный полдник		430	460							506,22	587,22	
	Итого за день										1428,58	1820,98	

8 день

8 день	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда гр./мл		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры	
					Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)				
			1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет			
	Завтрак 350 гр./400 гр.	Каша молочная пшенная с маслом	150	200	5,26	7,01	6,07	8,09	21,29	28,39	159,75	213	96
		Чай с сахаром	200	200	12	12	3,1	3,1	14	14	53,06	53,06	113
		Батон с маслом	20/3	30/4	1,53	2,3	2,63	3,54	9,74	14,61	70	101	1
	Итого за завтрак		373	434							282,81	367,06	
	Второй завтрак 100/100 гр.	Сок или фрукт	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	11	11	44	44	
	Итого за второй завтрак		100	100							44	44	
	Обед 450 гр./600 гр.	Щи из свежей капусты со сметаной на к/б	150/5	250/11	1,04	1,74	2,93	4,88	5,09	9,21	228	235	67
		Пудинг рыбный запеченный	75	110	10,3	15,10	4,5	6,61	6,21	9,10	107	157	269
		Рис отварной с маслом	100	150	2,43	3,64	3,58	5,37	24,45	36,67	170	210	315
		Томатный соус	20	30	0,2	0,3	0,7	1,1	1,4	2,1	13,1	19,7	2
		Компот из сухофруктов	150	200	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37	72,57	96,76	40
		Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141	
	Итого за обед		540	811							684,67	859,46	
	Уплотненный полдник 400 гр./500 гр.	Салат из отварной свеклы с чесноком	45	60	0,62	0,83	3,41	4,54	3,41	4,55	48,75	65	22
		Картофель отварной	150	200	3,1	4,1	5,2	7,8	24,9	32,24	162	216	204
		Пряник	30	60	1,5	3	1,5	3	22	44	108	216	
		Чай с сахаром	200	200	12	12	3,1	3,1	14	14	53,06	53,06	113
		Хлеб пшеничный	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	94	94	
	Итого за уплотненный полдник		465	560							465,81	644,06	
	Итого за день										1477,29	1914,58	

9 день

9 день Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда гр/мл		Пищевые вещества						Энергетическая ценность, (ккал)	№ рецеп- туры
				Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)			
		1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	3 лет до 7 лет	
Завтрак 350 гр./400 гр.	Каша молочная пшеничная с маслом	150	200	5,26	6,44	6,07	7,53	21,29	159,75	192	91
	Чай с сахаром	200	200	12	12	3,1	3,1	14	53,06	53,06	113
	Батон с маслом и сыром	20/3/8	30/4/12	3,37	5,06	4,95	7,02	9,74	99	144	3
		381	446						296,06	389,06	
Итого за завтрак		100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	11	44	44	
Второй завтрак 100/100 гр.	Сок или фрукт										
Итого за второй завтрак		100	100						44	44	
Обед 450 гр./600 гр.	Суп «Крестьянский» со сметаной на к/б	150/5	200/11	1,8	2,31	4,64	7,73	9,25	228,35	260,58	234
	Котлета куриная	70	80	9,43	12,64	9,65	13,14	9,98	226	229	
	Гречка отварная с маслом	130	160	5,73	8,59	4,06	6,09	25,76	162	243	313
	Томатный соус	20	30	0,2	0,3	0,7	1,1	1,4	13,1	19,7	2
	Компот из сухофруктов	150	200	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	72,57	96,76	40
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	94	141	
Итого за обед		565	741						796,02	1087,04	
Уплотненный полдник 400 гр./500 гр.	Рагу овощное	150	200	3,01	3,76	4,07	5,1	11,72	206,2	220	64
	Ватрушка с творогом	60	60	7,9	7,9	4,69	4,69	25,0	173	173	458
	Кофейный напиток	200	200	2,85	2,85	2,41	2,41	14,36	100	100	395
	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	94	94	
Итого за уплотненный полдник		450	500						501,13	619,0	
Итого за день									1709,28	2107,10	

10 день

10 день	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда гр/мл		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры	
					Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)				
			1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет	1,5 лет до 3 лет	3 лет до 7 лет			
Завтрак 350 гр./400 гр.		Каша молочная «Дружба» с маслом	150	200	4,67	6,21	5,79	7,73	20,78	27,71	150,75	201	84
		Чай с сахаром	200	200	12	12	3,1	3,1	14	14	53,06	53,06	113
		Батон с маслом	20/3	30/4	1,53	2,3	2,63	3,54	9,74	14,61	70	101	1
			373	434							273,81	355,06	
Итого за завтрак Второй завтрак 100/100 гр.		Сок или фрукт	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	11	11	44	44	
			100	100							44	44	
		Итого за второй завтрак	150/5	250/11	1,2	1,99	3,06	5,03	10,15	16,92	199	272	76
		Обед 450 гр./600 гр.											
		Макаронник с мясом курицы	125	165	7	12	15,7	18,48	28,43	33,45	323	430	309
		Томатный соус	20	30	0,2	0,3	0,7	1,1	1,4	2,1	13,1	19,7	2
		Кисель	150	200	0	0	0	0	13,5	18	46,5	60	233
		Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141	
Итого за обед Уплотненный полдник 400 гр./500 гр.			490	716							675,6	922,2	
		Капуста тушенная	160	200	2,5	3,13	5,38	6,72	5,64	7,05	151,4	189,25	23
		Печенье	25	50	1,75	3,50	4,25	8,50	16,5	33	110	220	
		Чай с сахаром	200	200	12	12	3,1	3,1	14	14	53,06	53,06	113
		Хлеб пшеничный	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	94	94	
Итого за уплотненный полдник Итого за день			425	490							408,46	487,56	
		Итого за день									1401,87	1809,32	