

Генеральный директор
ООО «Кировский комбинат
школьного питания»

2025 Г

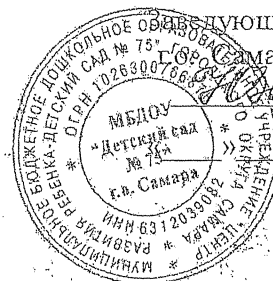


Образующий МБДОУ «Детский сад №75»

Гор. Замапа

Иванов - Ивановна Н. В.

01.09. 2025 г.



МБДОУ «Центр развития ребенка-детский сад №75»
г.о. Самара

(2-х недельное)

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

[illegible]

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 1 неделю вторник

[illegible]

(2-х недельное)

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 1 неделю среда

[illegible]

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний

Категория: Сад (от 3 до 7 лет)

Меню на 1 неделю четверг

№ рецептур ы	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										
3	Бутерброд с маслом	35	4,5	3,91	35,35	198,35	0,034	0,012		6,9	0,37
93	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,21	18,83	145,2	0,086	0,2	0,91	161,6	0,5
тк391	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	11,87	80,6	0,04	0	1,17	113,2	0,12
	Итого	415	13,2	11,53	66,05	424,15	0,16	0,212	2,08	281,7	0,99
	Второй завтрак										
401	Снежок	100	2,6	2,5	4,5	51	0,04	0,13	0,98	111	0,09
	Итого	515	15,8	14,03	70,55	475,15	0,2	0,342	3,06	392,7	1,08
	Обед										
67	Щи из свежей капусты с картофелем, сметана.	205	1,52	4,65	6,96	75,9	0,048	0,041	14,79	39,06	0,65
274	Зразы рубленые с соусом томатным 50/30	80	6,88	8,46	9,9	148,61	0,038	0,07	1,64	27,69	4,87
168	Каша вязкая ячневая	135	2,77	3,4	17,81	112,9	0,05	0,025	0	23,48	0,5
тк389	Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,018	22,6	92,2	0,0018	0,0054	0,36	28,63	1,12
тк249	Хлеб пшеничный	60	4,02	0,6	27,18	130,2	0,066	0,018	0	12	0,66
тк250	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0,08	0,036	0	13,2	1,8
	Итого	700	18,67	17,688	99,53	640,21	0,2838	0,1954	16,79	144,06	9,6
	Уплотненный полдник										
368	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	0,03	0,02	10	16	2,2
238/351	Запеканка из творога с морковью, соус молочный сладкий 130/30	160	15,74	14,73	34,89	334,65	0,09	0,29	1,03	166,49	0,95
тк123	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	7,5	30,4	0	0	0,03	8	0,28
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	
388	Компот из кураги	200	0,44	0,02	25,06	102,2	0,002	0,006	0,4	31,82	1,24
	Итого	740	23,84	16,37	118,75	720,25	0,277	0,376	11,46	248,81	5,22
	Всего за день	1955	58,31	48,088	288,83	1835,61	0,76	0,91	31,31	785,57	15,9

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Сад (от 3 до 7 лет)

Меню на 1 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										
1	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,8	6,81	35,35	234,75	0,038	0,045	0,07	94,9	0,47
175	Каша вязкая молочная «Дружба»	155	4,48	8,25	24,71	191,9	0,073	0,1	0	98,37	0,62
ткк123	Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,3	33,6	0	0	0,03	10,6	0,28
	Итого	400	11,33	15,08	68,36	460,25	0,111	0,145	0,1	203,87	1,37
	Второй завтрак										
401	Йогурт	100	2,93	2,5	10,2	75	0,04	0,13	0,84	110	0,1
	Итого	500	14,26	17,58	78,56	535,25	0,151	0,275	0,94	313,87	1,47
	Обед										
32	Салат из овощей с курагой и изюмом	50	0,78	3,05	6,77	57,7	0,015	0,023	3,86	20,83	0,7
81/241	Суп картофельный с горохом	200	7,2	4,59	13,3	122,64	0,19	0,078	4,7	31,75	1,86
ткк262	Бефстроганов из птицы 40/40	80	9,42	8,1	2,34	120	0,04	0,07	1,15	31,12	0,73
321	Пюре картофельное	130	2,65	4,16	17,71	118,9	0,12	0,096	15,74	32	0,87
ткк387	Компот из изюма	180	0,4	0,018	22,51	91,8	0,0018	0,0054	0,36	28,63	1,12
ткк249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33
ткк250	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3	0,06	0,027	0	9,9	1,35
	Итого	700	24,77	20,638	87,53	636,44	0,4598	0,3084	25,81	160,23	6,96
	Уплотненный полдник										
ткк11	Булочка «Витушка»	50	4,4	8	34,6	218	0,07	0	0	0,9	0,8
ткк395	Каша гречневая с овощами	200	6,6	7,42	29,86	212,6	0,22	0,118	1,49	37,88	3,71
399	Сок	180	0,9	0	18,18	76	0,02	0,02	3,6	14	2,8
ткк249	Хлеб пшеничный	70	4,69	0,7	31,71	151,9	0,077	0,021	0	14	0,77
ткк392	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,97	77,1	0,013	0,067	100	21,3	0,63
	Итого	700	17,27	16,4	132,32	735,6	0,4	0,226	105,09	88,08	8,08
	Всего за день	1900	56,3	54,62	298,41	1907,29	1,01	0,81	131,84	562,18	16,51

(2-х недельное)

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

[illegible]

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 2 неделю вторник

№ рецептур ы	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										
3	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,8	6,81	35,35	234,75	0,038	0,045	0,07	94,9	0,47
168	Каша жидкая молочная манная	205	4,52	4,07	30,57	177	0,04	0,02	0	10,6	0,45
тк123/2	Чай с молоком	180	2,67	2,34	11,82	77	0,04	0,14	1,20	113,9	0,37
	Итого	430	13,99	13,22	77,74	488,75	0,118	0,205	1,27	219,4	1,29
	Второй завтрак										
401	Бифидок	100	2,7	2,5	3,5	47,3	0,04	0,13	1	110	0,09
	Итого	530	16,69	15,72	81,24	536,05	0,158	0,335	2,27	329,4	1,38
	Обед										
76	Рассольник Ленинградский, сметана	205	6,02	4,66	13,53	126,95	0,1	0,083	6,13	27,49	1,29
тк149/2	Голубцы ленивые из птицы с соусом сметанным	155	12,41	11,08	10,81	192,7	0,075	0,11	40	58,75	1,57
тк388	Компот из кураги	180	0,4	0,018	22,52	91,84	0,0018	0,0054	0,36	28,63	1,12
тк249	Хлеб пшеничный	60	4,02	0,6	27,18	130,2	0,066	0,018	0	12	0,66
тк250	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,85	0,7	18,85	100,5	0,1	0,045	0	16,5	2,25
	Итого	650	26,7	17,058	92,89	642,19	0,3428	0,2614	46,49	143,37	6,89
	Уплотненный полдник										
94	Суп молочный с гречневой крупой	200	5,97	5,47	17,08	141,6	0,11	0,22	0,91	160,8	1,12
тк123	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	7,5	30,4	0		0,03	8	0,28
тк249	Хлеб пшеничный	100	6,7	1	45,3	217	0,11	0,03	0	20	1,1
тк250	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,62	0,84	22,62	120,6	0,12	0,054	0	19,8	2,7
376	Компот из изюма	200	0,33	0,015	20,83	84,75	0,0015	0,0045	0,3	23,87	0,94
368	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	0,03	0,02	10	16	2,2
	Итого	840	18,08	7,745	123,13	638,35	0,3715	0,3285	11,24	248,47	7,24
	Всего за день	2020	61,47	40,523	297,26	1816,59	0,87	0,92	60	721,24	15,51

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 2 неделю среда

№ рецепту ры	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										
1	Бутерброд с маслом	35	4,5	3,91	35,35	198,35	0,034	0,012	0	6,9	0,37
231/351	Сырники из творога с соусом молочным сладким 100/30	130	19,27	14,02	15,37	264,45	0,078	0,29	0,35	174,6	0,82
ткк386	Какао с молоком	200	4,07	3,54	14,8	107,3	0,055	0,18	1,58	152	0,47
ткк249	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	18,12	86,8	0,044	0,012	0	8	0,44
	Итого	405	30,52	21,87	83,64	656,9	0,211	0,494	1,93	341,5	2,1
	Второй завтрак										
401	Ряженка	100	2,9	2,5	4,2	51	0,02	0,13	0,3	124	0,1
	Итого	505	33,42	24,37	87,84	707,9	0,231	0,624	2,23	465,5	2,2
	Обед										
ткк181	Салат «Осенний»	50	0,68	2,6	4,28	43,3	0,034	0,027	6	10,65	0,36
ткк289	Уха «Золотая рыбка»	220	1,76	2,22	12,31	84,8	0,1	0,06	8,86	19,34	0,88
255	Печень по-строгановски 40/40	80	10,6	8,98	2,81	148	0,16	116	6,76	26,59	4
205	Макаронные изделия отварные с маслом	134	4,91	3,77	23,56	147,8	0,052	0,026	0	4,32	0,99
ткк392	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	16,18	69,41	0,01	0,05	90	19,2	0,57
ткк249	Хлеб пшеничный	20	1,34	0,2	9,06	43,4	0,022	0,006	0	4	0,22
ткк250	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,85	0,7	18,85	100,5	0,1	0,045	0	16,5	2,25
	Итого	734	23,75	18,72	87,05	637,21	0,478	116,214	111,62	100,6	9,27
	Уплотненный полдник										
ткк71	Булочка Плетенка»	50	4,4	8	34,6	218	0,07	0,25	0	0,9	0,8
142/330	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	3,92	15,1	27,19	260,3	0,187	0,129	23,96	39,06	1,44
ткк123	Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,3	33,6	0	0	0,03	10,6	0,28
ткк249	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	13,5	23,84	126,86	766	0,336	0,406	24,39	96,38	4,53
	Всего за день	1939	70,67	66,93	301,75	2111,11	1,045	117,244	138,24	662,48	16

(2-х недельное)

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

[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										
	Бутерброд с повидлом	40	4,23	0,66	38,62	172,24	0,033	0,009	0,08	6,8	0,49
237/351	Запеканка из творога, соус молочный сладкий 100/30	130	18,12	13,4	21,12	277,45	0,058	0,282	0,338	166,11	0,74
тк123/2	Чай с молоком	200	2,97	2,52	13	85,4	0,044	0,15	1,20	126,5	0,41
тк249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33
	Итого	400	27,33	16,88	86,33	600,19	0,168	0,45	1,618	305,41	1,97
	Второй завтрак										
401	Йогурт	100	2,93	2,5	10,2	75	0,04	0,13	0,84	110	0,1
	Итого	500	30,26	19,38	96,53	675,19	0,208	0,58	2,458	415,41	2,07
	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	140	10,21	11,02	26,71	261	0,027	0,057	0,36	28,51	1,15
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	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33
тк250	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,85	0,7	18,85	100,5	0,1	0,045	0	16,5	2,25
	Итого	650	19,35	14,361	102,54	634,3	0,2808	0,2034	9,6	116,37	6,13
	Уплотненный полдник										
460	«Крендель Сахарный»	50	3,54	6,57	27,87	185	0,05	0,05		9,7	
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	134	11,6	5,83	29,8	218	0,42	0,089	0	80,6	3,99
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:	704	26,13	16,07	126,56	755,35	0,585	0,211	1,29	167,68	6,65
	Всего за день	1854	75,74	49,81	325,63	2064,84	1,07	0,99	13,35	699,46	14,85

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях-2011г, ДеЛи принт-544с, руковод. М.П.Могильный, В.А.Тутельян
2. Сборник рецептов 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.