государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» имени Героя Советского Союза Ваничкина Ивана Дмитриевича с. Алексеевка муниципального района Алексеевский Самарской области

Согласовано
Старший воспитатель Детского сада «Светлячок» с.Алексеевка
_____ В.Н.Булавина
«01» сентября 2026 год

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ с. Алексеевка
_____ Е. А. Чередникова
«01» сентября 2026 год

Двухнедельное меню приготавливаемых блюд для организации питания детей в возрасте с 1года до 3-х лет с 12-ти часовым пребыванием детей на летне-осенний период

Разработано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.4282-26 от 02.06.2026 №18 «Санитарно – эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения», Методическими рекомендациями к организации общественного питания населения МР 2.3.6.0233-21 от 02.03.2021

в структурном подразделении государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы «Образовательный центр» имени Героя Советского Союза Ваничкина Ивана Дмитриевича с. Алексеевка муниципального района Алексеевский Самарской области - детский сад «Светлячок»

Меню приготавливаемых блюд

ион: Ясли **Неделя:** 1 **День:** понедельник

ем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
трак							
	Каша манная молочная	150	4	4	13	121	1 213
	Батон с маслом	25/7	4	4	17	116	512
	Чай с сахаром	150			5	22	10 031
то за Завтрак			8	8	35	259	
трак2							
	Сок яблочный с мякотью ДП	100			5	23	1 514
то за Завтрак2					5	23	
д							
	огурец св. в нарезки	40		3	3	36	728
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	4	4	9	126	2 012
	Макароны с маслом отварные	110	3	3	18	108	
	Биточки мясные	50	5	9	9	158	3 081
	Компот из сухофруктов	130			13	53	1 526
	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1		9	46	14
	Хлеб дарницкий	30	2		12	50	16
о за Обед			15	19	73	577	
дник							
	Рыба поб омлетом	150	8	7	39	125	39
	Рогалик с повидлом	100	1	2	10	98	828
	Какао на молоке	150	2	2	12	61	10013
о за Полдник			11	11	61	284	
о за день			34	38	174	1143	

(лист 2)

рн: Ясли **Неделя:** 1 **День:** вторник

и пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ак							
	Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсяных)	150	5	6	19	153	4 002
	Батон с маслом с сыром	25/5/5	4	6	17	127	512 814
	Кофейный напиток	150	2	2	8	59	512/814
за Завтрак			11	14	44	339	
ак2							
	Напиток из шиповника	100			7	29	1 584
за Завтрак2					7	29	
	Салат "Радуга"	40	1	4	20	20	764
	Суп с клёцками на м/к бульоне	150	3	2	12	145	2024
	Пюре картофельное	110	2	4	15	102	8 005
	Суфле из мяса кур	60	6	6	16	153	3062
	Лимонный напиток	130			16	49	1502
	Хлеб пшеничный из муки в/с	20	1		8	37	14
	Хлеб дарницкий	30	2		12	50	16
а Обед			15	16	99	556	
ик							
	Омлет с морковью	150	8	11	4	151	526
	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1		9	46	14
	Чай с сахаром	150			5	22	10 031
а Полдник			9	11	18	219	
а день			35	41	168	1143	

ион: Ясли **Неделя:** 1 **День:** среда

ем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
трак							
	Пудинг из творога	150	11	8	19	188	562
	Батон с маслом,повидлом	25/5/8	2	5	18	82	512 604
	Какао на молоке	150	2	2	12	61	10031
о за Завтрак			15	15	49	331	
трак2							
	Банан	100	2	1	21	96	11004
о за Завтрак2			2	1	21	96	
д							
	Помидор св. в нарезки	30			1	8	726
	Суп крестьянский на курином бульоне со сметаной	150	4	4	23	118	2 015
	Рагу овощное с мясом	130	3	5	13	129	3051
	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1		9	46	14
	Хлеб дарницкий	30	2		12	50	16
	Компот из чернослива	140			14	57	1548
о за Обед			10	9	72	408	
дник							
	Гречка отварная с маслом	130	7	7	24	226	906
	Плюшка	120	2	5	18	179	803
	Ряженка	150	5	6	6	98	1206
о за Полдник			14	18	48	503	
о за день			41	43	190	1338	

кон: Ясли **Неделя:** 1 **День:** четверг

ем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
трак							
	Суп молочный пшенный	170	7	7	20	182	1101
	Батон с маслом с сыром	25/5/5	4	6	17	127	512 814
	Чай с сахаром	150			5	22	10 031
о за Завтрак			11	13	42	331	
трак2							
	Йогурт	100	1	1	5	34	1 228
о за Завтрак2			1	1	5	34	
д							
	Салат из капусты с огурцом	40	1	5	2	56	713
	Свекольник на мясном бульоне	150	7	16	129	706	2031
	Рис отварной	110	2	3	14	105	8 002
	Рыба тушенная с овощами	60	9	9	15	129	247
	Компот из сухофруктов	130			13	53	1 526
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2	1	11	56	14
	Хлеб дарницкий	20	1		8	33	16
о за Обед			22	34	192	1138	
дник							
	Вареники ленивые отварные	150	11	7	27	178	6 008
	Кисель	150	1		24	150	2078
	Яблоки	100			10	47	11 001
о за Полдник			12	7	61	375	
о за день			46	55	300	1878	

(лист 5)

ион: Ясли **Неделя:** 1 **День:** пятница

ем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
трак							
	Каша ячневая молочная с маслом	150	5	3	22	150	1034
	Батон с маслом с сыром	25/5/5	4	6	17	127	512 814
	Кофейный напиток	150	2	2	8	59	10026
го за Завтрак			11	11	47	336	
трак2							
	Яблоки	100			10	47	11 001
го за Завтрак2					10	47	
д							
	Салат из свеклы отварной	40	1	2	3	30	754
	Щи из капусты свежей на мясном бульоне с мелкошинкованными овощами	150	3	4	4	90	2 065,01
	Горошница	110	5	1	29	150	967
	Котлета из говядины	50	4	8	9	138	3033
	Компот из изюма	130			12	49	156
	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1		9	46	14
	Хлеб дарницкий	30	2		12	50	16
го за Обед			16	15	78	553	
дник							
	Запеканка морковно-рисовая	150	4	5	25	136	
	Чай с лимоном и сахаром	150			9	35	10 064
	Ватрушка творожная	70	5	6	9	108	
го за Полдник			9	11	43	279	
го за день			36	37	178	1215	

(лист 6)

кон: Ясли **Неделя:** 2 **День:** понедельник

ем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
рак							
	Каша кукурузная	160	3	4	20	125	1106
	Батон с маслом	25/7	4	4	17	116	512
	Чай с сахаром	160			6	24	10 031
за Завтрак			7	8	43	265	10031
рак2							
	Сок яблочный с мякотью ДП	100			5	23	1 514
за Завтрак2					5	23	
	Салат из зеленого горошка	20	1		1	7	715
	Суп сливочный с рыбой (минтай)	150	5	4	7	94	2 016
	Капуста тушенная с мясом	130	8	14	9	220	3012
	Компот из сухофруктов	130			13	53	1 526
	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1		9	46	14
	Хлеб дарницкий	30	2		12	50	16
за Обед			17	18	51	470	
ник							
	Ленивые вареники с картошкой	200	7	5	34	240	894
	Какао на молоке	180	3	2	14	73	10013
	Печенье сдобное из муки в/с	20	1	2	14	90	623
за Полдник			11	9	62	403	
за день			35	35	161	1161	

(лист 7)

...ион: Ясли Неделя: 2 День: вторник

...ем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
...трак							
	Суп молочный с изделиями макаронными	160	4	4	14	107	2 016
	Батон с маслом с сыром	25/5/5	4	6	17	127	512 814
	Кофейный напиток	150	2	2	8	59	10026
...то за Завтрак			10	12	39	293	
...трак2							
	Напиток из шиповника	100			7	29	1 584
...то за Завтрак2					7	29	
...д							
	Салат из свеклы с черносливом	40	1	2	5	43	718
	Рассольник на мясном бульоне	150	1	1	12	137	2 006
	Запеканка гречневая с мясом	130	3	6	29	170	3011
	Компот из кураги.	130	1		10	43	1 578
	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1		9	46	14
	Хлеб дарницкий	30	2		12	50	16
...то за Обед			9	9	77	489	
...дник							
	Картофель в молоке	180	16	20	75	371	835
	Хлеб пшеничный из муки в/с	20	1		8	37	14
	Чай с сахаром	180			7	27	10 031
...то за Полдник			17	20	90	435	
...то за день			36	41	213	1246	

(лист 8)

...ион: Ясли Неделя: 2 День: среда

...ем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
...трак							
	Каша пшенная молочная	150	7	8	30	221	1052
	Батон с маслом,повидлом	25/5/8	2	5	18	82	512 604
	Чай с молоком с сахаром	150	1	1	5	26	10 033
...то за Завтрак			10	14	53	329	
...трак2							
	Яблоки	100			10	47	11 001
...то за Завтрак2					10	47	
...д							
	Салат из помидор и огурцов с репчатым луком	50	1	4	4	58	92
	Суп вермешелевый	150	4	4	11	152	2051
	Голубцы ленивые не формовочные	130	4	5	12	125	3044
	Лимонный напиток	130			16	49	1502
	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1		9	46	14
	Хлеб дарницкий	30	2		12	50	16
...то за Обед			12	13	64	480	
...дник							
	Творожная запеканка	150	12	8	17	228	620
	Коржик молочный	42	3	4	21	130	842
	Кисель	150	1		24	150	2078
...то за Полдник			16	12	62	508	
...то за день			38	39	189	1364	

Неделя: 2 День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Омлет натуральный, запеченный	150	10	13	2	169	5 001
	Батон с маслом с сыром	25/5/5	4	6	17	127	512 814
	Какао на молоке	150	2	2	12	61	10013
Итого: Завтрак			16	21	31	357	
Завтрак2							
	Банан	100	2	1	21	96	11004
Итого: Завтрак2			2	1	21	96	
Обед							
	Винегрет с растительным маслом	60	1	5	4	67	745
	Суп овощной на мясном бульоне	150	5	14	60	492	2061
	Плов с мясом кур	150	7	7	17	157	3061
	Компот из чернослива	130			13	53	1548
	Хлеб пшеничный из муки в/с	20	1		8	37	14
	Хлеб дарницкий	30	2		12	50	16
Итого: Обед			16	26	114	856	
Полдник							
	Суфле рыбное	60	3	2	5	57	31
	Картофель отварной	130	1		13	95	13
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2	1	11	56	14
	Ряженка	160	5	6	7	104	1206
Итого: Полдник			11	9	36	312	
Итого: день			45	57	202	1621	

Неделя: 2 День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша "Дружба"	150	3	5	21	143	1 172
	Батон с маслом	25/7	4	4	17	116	512
	Кофейный напиток	150	2	2	8	59	10026
Итого: Завтрак			9	11	46	318	
Завтрак2							
	Яблоки	100			10	47	11 001
Итого: Завтрак2					10	47	
Обед							
	Салат из капусты с огурцами и помидорами	50		4	3	56	781
	Борщ на курином бульоне	150	4	4	9	83	2 131
	Крупа перловая отварная с маслом	110	5	8	21	198	861
	Биточки мясные	50	5	9	9	158	3 081
	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1		9	46	14
	Хлеб дарницкий	30	2		12	50	15
	Компот из лимонов	130			4	18	1 502
Итого: Обед			17	25	67	609	
Полдник							
	Суфле из творога	150	5	6	24	168	58
	Йогурт	150	2	2	7	50	1 228
	Булочка школьная	60	4	2	39	192	846
Итого: Полдник			11	10	70	410	
Итого: день			37	46	193	1384	

[illegible]	383	432	1968	[illegible]
[illegible]	38,3	43,2	196,8	[illegible]

Составил _____ Карасев

Утвердил _____