



Утверждаю

30.01.2026

Примерное менюготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли 1-3 года МАДОУ ДОУ 170 5 д 10,5 ч

НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1

Блюдо	№ технологической карты	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	7.н119с	137,81000	0,00396	0,00492	0,01646	0,15
Батон с маслом 35/6 гр	7.035/10	127,13000	0,00273	0,00600	0,01870	0,035
Чай с молоком	7.118	75,16000	0,00211	0,00225	0,01069	0,15
Итого:		340,10000	0,00879	0,01318	0,04585	0,335
Завтрак второй						
Сок фруктовый 100 г	7.031	70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат из капусты со сладкой кукурузой	7.425/1	41,13583	0,00079	0,00208	0,00539	0,04
Макаронные изделия отварные 150г	8.43/3	209,27000	0,00533	0,00469	0,03824	0,15
Свекольник со сметаной 200гр	7.5/2	90,04417	0,00129	0,00452	0,01029	0,2
Печень по-строгановски 80 гр.	7.9/8/2	181,27000	0,01064	0,01238	0,00219	0,08
Компот из чернослива и изюма	7.072	67,09000	0,00019	0,00000	0,01632	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:		689,31000	0,02174	0,02420	0,09500	0,67
Полдник						
Запеканка из творога с яблоками 80г	7.16/5/3	234,28083	0,00882	0,01579	0,01476	0,08
Сгущенное молоко 10 гр	7.262	33,86667	0,00076	0,00090	0,00591	0,01
Напиток из вишни	7.15/13	46,53750	0,00006	0,00002	0,01202	0,15
Итого:		314,68500	0,00964	0,01671	0,03270	0,24
Всего:		1395,06642	40,65833	54,18667	183,64000	1,345



Примерное меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли 1-3 года МАДОУ ДОУ 170 5 д 10,5 ч

НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2

Блюдо	№ технологической карты	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом	7.н123с2	112,53889	0,00327	0,00504	0,01281	0,15
Батон с маслом 35/6 гр	7.035/10	127,13000	0,00273	0,00600	0,01870	0,035
Какао с молоком	7.285	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:		326,20889	0,00833	0,01345	0,04432	0,335
Завтрак второй						
Фрукт		70,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Итого:		70,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Обед						
Салат из отварной свеклы с растительным маслом	4.20/1	35,38778	0,00042	0,00222	0,00317	0,03
Суп из овощей со сметаной 0,180	7.14/2/2	90,99556	0,00140	0,00490	0,00865	0,18
Рыба, запеченная в молочном соусе 70 гр.	7.6/7/2	97,07889	0,00928	0,00398	0,00379	0,07
Картофельное пюре 130г	7.3/3/2	134,81778	0,00264	0,00404	0,01976	0,13
Компот из чернослива	7.028	63,76444	0,00016	0,00000	0,01541	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	34,18889	0,00125	0,00023	0,00790	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:		502,43333	0,01667	0,01555	0,06870	0,613
Полдник						
Суп молочный с лапшой 0,15	7.21/2/3	78,44111	0,00241	0,00286	0,00901	0,15
Чай с сахаром.	7.354	37,05778	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Печенье 25 гр	7.298	114,50000	0,00260	0,00130	0,01920	0,025
Итого:		229,99889	0,00501	0,00416	0,03707	0,325
Всего:		1124,00411	31,58889	35,25333	165,34778	1,373

Утверждаю

30.01.2026

Примерное менюготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли 1-3 года МАДОУ ДОУ 170 5 д 10,5 ч

НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3

Блюдо	№ технологической карты	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным 200г	7.19/4	211,80000	0,00549	0,00637	0,02863	0,2
Батон с маслом 35/6 гр	7.035/10	127,13000	0,00273	0,00600	0,01870	0,035
Кофейный напиток на молоке	7.084	84,99000	0,00210	0,00211	0,01265	0,15
Итого:		423,92000	0,01032	0,01448	0,05998	0,385
Завтрак второй						
Сок 0,2 л - 100г	7.031	70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.маслом 50гр.	7.32/1/1	76,14778	0,00132	0,00494	0,00483	0,05
Суп-пюре гороховый 180 гр	7.29/2/2	137,76333	0,00749	0,00199	0,02106	0,15
Тефтели из мяса говядины 80гр	7.20/8	200,12000	0,01133	0,01163	0,00808	0,08
Капуста тушеная 130 гр	7.112	90,98333	0,00282	0,00408	0,01156	0,13
Компот из кураги и изюма	7.138	66,77000	0,00030	0,00000	0,01633	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:		626,08444	0,02523	0,02301	0,07440	0,593
Полдник						
Омлет с картофелем (запеченный) - 80 гр.	7.4/6	100,61444	0,00503	0,00456	0,00785	0,08
Компот из ягод замороженных 180 г	7.493/1/1	79,62000	0,00028	0,00005	0,01834	0,18
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:		226,43444	0,00683	0,00480	0,03621	0,28
Всего:		1324,80444	42,88556	42,38444	180,69667	1,358

Утверждаю

30.01.2026

Примерное меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, Ясли, 5 д 10,5

НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4

Блюдо	№ технологической карты	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	7.н043	127,25000	0,00353	0,00460	0,01595	0,15
Батон с маслом 35/6 гр	7.035/10	127,13000	0,00273	0,00600	0,01870	0,035
Чай с молоком 180гр	7.118	87,21000	0,00237	0,00253	0,01202	0,18
Итого:		341,59000	0,00862	0,01314	0,04668	0,365
Завтрак второй						
Сок фруктовый 100 г	7.031	70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат из свежих помидор и огурцов с растительным маслом 50г	7.130/8	23,69889	0,00043	0,00172	0,00208	0,05
Суп картофельный с рыбой	4.19/2	137,70333	0,00959	0,00329	0,01106	0,15
Биточки (котлеты) из мяса кури	7.5/9/4	95,40556	0,01145	0,00362	0,00222	0,06
Рис припущенный с овощами	7.179	125,56778	0,00227	0,00441	0,01799	0,1
Компот из сухофруктов.	7.115/1	57,93444	0,00037	0,00002	0,01327	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль		0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:		540,81000	0,02761	0,01361	0,06919	0,563
Полдник						
Макаронные изделия отварные с сыром 100 гр	7.43-2/3/3	152,63889	0,00466	0,00406	0,02175	0,1
Чай с лимоном 180 гр	7.11/10/1	35,57667	0,00004	0,00000	0,00837	0,15
Итого:		218,21556	0,00470	0,00406	0,03012	0,25
Всего:		1118,90722	41,43000	35,90889	156,08778	1,278

Утверждаю

30.01.2026

Примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 1-3 года МАДОУ ДОУ 170 5 д 10,5 ч

НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5

Блюдо	№ технологической карты	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 200гр	7.15/4	151,93714	0,00398	0,00565	0,01789	0,2
Батон с маслом 35/6 гр	7.035/10	127,13000	0,00273	0,00600	0,01870	0,035
Какао с молоком	7.285	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:		365,60714	0,00904	0,01406	0,04941	0,385
Завтрак второй						
Сок фруктовый 100 г	7.031	70,57143	0,00057	0,00011	0,01154	0,1
Итого:		70,57143	0,00057	0,00011	0,01154	0,1
Обед						
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. Маслом 50г	4.27/1	27,58000	0,00063	0,00204	0,00242	0,04
Суп крестьянский с крупой со сметаной 0,180	7.31/2/2	82,60286	0,00144	0,00409	0,00902	0,18
Котлета мясо-картофельная по-хлыновски	7.177	136,64571	0,00957	0,00841	0,00249	0,06
Пюре из гороха со сливочным маслом	7.362	136,34857	0,00690	0,00353	0,01735	0,1
Напиток из шиповника	7.063	65,37000	0,00029	0,00000	0,01581	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:		549,04714	0,02232	0,01862	0,06965	0,583
Полдник						
Чай с сахаром	7.354	48,13143	0,00009	0,00009	0,01152	0,2
Булочка	7.12412	279,00000	0,00594	0,00936	0,04338	0,09
Итого:		327,13143	0,00603	0,00945	0,05490	0,29
Всего:		1297,00029	37,96286	42,24429	185,49714	1,358

Утверждаю

30.01.2026

Примерное менюготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли 1-3 года МАДОУ ДОУ 170 5 д 10,5 ч

НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6

Блюдо	№ технологической карты	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша из гречи и геркулеса молочная ("Дружба 3") со сливоч. маслом	7.н027	143,86000	0,00449	0,00574	0,01805	0,15
Батон с маслом 35/6 гр	7.035/10	127,13000	0,00273	0,00600	0,01870	0,035
Кофейный напиток на молоке	7.084	84,69000	0,00210	0,00211	0,01265	0,18
Итого:		355,68000	0,00932	0,01385	0,04940	0,365
Завтрак второй						
Сок фруктовый 100 г	7.031	70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат из белокачанной капусты с огурцом	7.292	47,25750	0,00071	0,00188	0,00586	0,03
Борщ со сметаной 180гр	7.2/2/2	89,43500	0,00156	0,00409	0,01093	0,18
Тефтели из говядины с рисом "Ёжики" 70 гр	7.н104/1	158,54625	0,01018	0,00961	0,00426	0,07
Макаронные изделия отварные с овощами 130г	7.151/1	186,42250	0,00455	0,00352	0,03152	0,13
Компот из изюма 180г	7.078/1	68,11250	0,00015	0,00000	0,01654	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль		0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:		650,27375	0,02066	0,01965	0,09167	0,613
Полдник						
Сгущенное молоко 10 гр	7.262	33,60000	0,00076	0,00090	0,00591	0,01
Запеканка творожная 80 гр	7.н039-6	217,99125	0,01045	0,01363	0,00749	0,08
Компот из ягод замороженных 180 г	7.493/1/1	79,62000	0,00028	0,00005	0,01834	0,18
Итого:		331,21125	0,01149	0,01458	0,03174	0,27
Всего:		1388,04988	41,97000	48,17500	182,91125	1,318

30.01.2026

Возрастная категория: Ясли, 1-3 года, МАДОУ ДОУ 170, 5 д 10,5 ч

НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7						
Блюдо	№ технологической карты	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша манная молочная с маслом сливочным 200г	8.5/4	197,24000	0,00522	0,00544	0,02843	0,2
Батон с маслом 35/6 гр	7.035/10	127,13000	0,00273	0,00600	0,01870	0,035
Чай с молоком	7.118	75,16000	0,00211	0,00225	0,01069	0,15
Итого:		399,53000	0,01005	0,01369	0,05782	0,385
Завтрак второй						
Сок фруктовый 100 г	7.031	70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Тефтели рыбные с рисом в соусе 80/50 гр.*1	4.12/7	148,45750	0,01434	0,00601	0,00609	0,07
Салат из квашеной капусты с луком 50 гр	7.425/4/1	31,03750	0,00064	0,00183	0,00387	0,03
Щи из свежей капусты со сметаной 180гр	7.6/2/2	55,16250	0,00135	0,00249	0,00680	0,15
Картофель отварной 130 гр	7.63с-1/1	126,50500	0,00248	0,00257	0,02165	0,11
Компот из кураги	7.110	62,75000	0,00044	0,00000	0,01539	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:		498,21250	0,02124	0,01326	0,06632	0,543
Полдник						
Омлет запеченный или паровой - 80 гр.	7.2/6	152,06000	0,00779	0,01105	0,00139	0,08
Напиток из вишни	7.15/13	44,88750	0,00008	0,00000	0,01175	0,15
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:		243,14750	0,00939	0,01123	0,02316	0,25
Всего:		1170,43375	41,17750	38,27875	157,40250	1,278



Примерное менюготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли, 1-3 года, МАДОУ ДОУ 170, 5 д 10,5 ч
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8

Блюдо	№ Технологическо й карты	Энергети- ческая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным 200гр	7.7/4	253,42625	0,00636	0,00706	0,03785	0,2
Батон с маслом 35/6 гр	7.035/10	127,13000	0,00273	0,00600	0,01870	0,035
Какао с молоком	7.285	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:		467,09625	0,01141	0,01546	0,06936	0,385
Завтрак второй						
Фрукт	7.090-1	70,00000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Итого:		70,00000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Обед						
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст.мас 60гр.	7.29/1	85,67000	0,00095	0,00539	0,00711	0,06
Суп гороховый со сметаной 150 гр	7.н086-8	89,11250	0,00307	0,00269	0,01192	0,15
Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	7.256	89,03375	0,00863	0,00754	0,00339	0,06
Греча с овощами 130г	7.368-4	149,18500	0,00377	0,00491	0,02355	0,13
Компот из сухофруктов 180гр	7.115/3	67,19875	0,00044	0,00002	0,01537	0,18
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:		580,70000	0,02035	0,02109	0,08390	0,633
Полдник						
Чай с лимоном.	7.087	38,74625	0,00003	0,00000	0,00915	0,15
Манник (68 гр)	7.103/4	309,27000	0,00751	0,00936	0,04354	0,068
Итого:		348,01625	0,00754	0,00936	0,05269	0,218
Всего:		1464,84488	39,93625	46,05125	213,16125	1,336



Примерное менюготавливаемых блюд
Возрастная категория : Ясли, 1-3 года, МАДОУ ДОУ 170, 5 д 10,5 ч

Неделя 2 ДЕНЬ 9

Блюдо	№ технологической карты	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша из пшена и риса молочная "Дружба 3" со сливочным маслом	7.н091/1	108,62778	0,00246	0,00367	0,01433	0,15
Батон с маслом 35/6 гр	7.035/10	127,13000	0,00273	0,00600	0,01870	0,035
Кофейный напиток на молоке	7.084	84,99000	0,00210	0,00211	0,01265	0,18
Итого:		320,74778	0,00729	0,01178	0,04568	0,365
Завтрак второй						
Сок фруктовый 100 г	7.031	70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Сельдь с картофелем и сливочным маслом 50гр.	7.36/1/1	74,33222	0,00220	0,00430	0,00697	0,05
Суп-лапша на курином бульоне 0,180	7.20/2/2	79,89889	0,00158	0,00276	0,01095	0,15
Рагу из овощей 130г	7.18/3/2	94,60778	0,00200	0,00327	0,01385	0,13
Мясо кур отварное (порци., без кости) 80 гр	7.1/9/1	267,17333	0,01892	0,01788	0,00093	0,08
Компот из сухофруктов и шиповника 180 гр.	7.7/10/1	71,59778	0,00036	0,00000	0,01735	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:		641,91000	0,02704	0,02857	0,06260	0,593
Полдник						
Омлет с сыром	7.167	108,16111	0,00642	0,00734	0,00118	0,06
Компот из ягод замороженных 180 г	7.493/1/1	79,62000	0,00028	0,00005	0,01834	0,18
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:		233,98111	0,00822	0,00757	0,02954	0,26
Всего:		1243,71011	43,05333	48,02222	157,91444	1,288



Примерное менюготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли, 1-3 года, МАДОУ ДОУ 170, 5 д 10,5 ч

НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10

Блюдо	№ технологической карты	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак						
Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным 200г	7.17/4	188,97429	0,00463	0,00624	0,02514	0,2
Батон с маслом 35/6 гр	7.035/10	127,13000	0,00273	0,00600	0,01870	0,035
Чай с молоком	7.118	75,16000	0,00211	0,00225	0,01069	0,15
Итого:		391,26429	0,00946	0,01449	0,05453	0,385
Завтрак второй						
Сок фруктовый 100 г	7.031	70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Итого:		70,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
Обед						
Салат из моркови с растительным маслом	7.057	21,35571	0,00039	0,00103	0,00339	0,03
Рассольник "Ленинградский" на мясном бульоне со сметаной	7.165	79,79000	0,00145	0,00314	0,01018	0,15
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины 200 гр	7.36/8/1	336,61857	0,01531	0,01452	0,02981	0,2
Компот из сухофруктов 180г	7.115/2	69,92286	0,00025	0,00000	0,01704	0,18
Хлеб ржаной 30 гр.	7.002/1	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	7.050	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:		608,18714	0,02090	0,01923	0,08298	0,613
Полдник						
Чай с сахаром.	7.354	36,81714	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Яйцо отварное	7.1/6/8	113,80000	0,00080	0,00790	0,01084	0,04
Хлеб с сыром	4.3/13	229,00000	0,00520	0,00260	0,03840	0,05
Итого:		379,61714	0,00600	0,01050	0,05809	0,22
Всего:		1427,92586	36,86000	44,32429	205,70286	1,318

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652185396560566351996131268363309912619724340083

Владелец Кудрина Надежда Михайловна

Действителен с 17.11.2025 по 17.11.2026