Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Новосибирска
«Детский сад № 144 «Сказкоград»

Приказ

31.08.2026 г. № 61-од

Об организации питания и назначении ответственных лиц за его организацию

В целях обеспечения сбалансированного полноценного питания воспитанников в соответствии с требованиями Федерального закона № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями), в соответствии с СанПин 2.3./2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемические требования к организации общественного питания населения», с целью организации сбалансированного рационального питания детей, строгого выполнения и соблюдения технологии приготовления блюд, в рамках производственного контроля в МБДОУ д/с № 144 (далее - ДОУ),

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Организовать пятиразовое питание детей в ДОУ.
2. Утвердить 10-тидневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5 – 3 лет и 3-7 лет (Приложение 1).
3. Утвердить набор технологических карт к 10-дневному меню (Приложение 2).
4. Назначить ответственными:
   - Заведующего хозяйством ДОУ, поваров, кладовщиков, за организацию питания в ДОУ.
   - Воспитателей и младших воспитателей групп ответственными за
     - строгое исполнение графиков получения готовых блюд на пищеблоке;
     - строгий контроль получения и употребления специализированного питания детей-аллергиков и нуждающихся в диетическом питании;
     - соблюдение сервировки столов для приема пищи (наличие на столах ёмкостей для хлеба, индивидуальных и бумажных салфеток, наборов столовых приборов в соответствии с возрастом детей);
     - соблюдение правил личной гигиены воспитанниками;
     - раздачу пищи только в отсутствии детей за столами;
     - ежедневно информировать родителей (законных представителей) о рационе питания детей (меню) через информационные уголки в каждой возрастной группе;
     - незамедлительно после регламентированного приема пищи утилизировать остатки пищевых продуктов в ёмкости, предназначенные для пищевых отходов;
     - соблюдение температурного режима раздаваемой детям пищи;
     - своевременную раздачу детям второго блюда;
     - соблюдение соответствия порционных блюд при раздаче каждому ребенку;
     - использование индивидуального подхода к ребенку во время приема пищи с учетом его личностных особенностей или заболеваний;

- ведение группового табеля присутствующих детей;
- обязательный присмотр за воспитанниками при приеме пищи;
- получение пищи в специально промаркированные емкости;
- соблюдение питьевого режима в группах, обеспечение безопасности и качества питьевой воды, фиксацию смены кипяченой воды в графике питьевого режима или маркировки вскрытия бутилированной воды;

5. Строго выполнять требования СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемические требования к организации общественного питания населения», ответственные: повара, кладовщики.
6. Прием продуктов питания в ДОУ осуществлять строго при наличии документов, подтверждающие их качество и безопасность.
7. Документацию, удостоверяющую качество и безопасность продукции, маркировочные ярлыки, сохранять до окончания реализации продукции.
8. Выдачу продуктов кладовщиком из продуктовой кладовой на пищеблок (повару) производить в соответствии с утвержденным заведующим меню-требованием не позднее 16.00 предшествующего дня, указанного в меню-требовании.
9. Составлять меню-требование накануне предшествующего дня, указанного в меню-требовании и представлять заведующему для утверждения:
   - возврат и дополнение продуктов в меню-требование оформлять не позднее 09.00 часов;
   - изменения в рационе питания воспитанников вносить только с разрешения заведующего ДОУ.
10. Реализовывать готовую пищу в группы с предварительным контрольным взвешиванием.
11. Утвердить:
    - график выдачи готовых блюд с пищеблока в группы (Приложение 3)
    - график питания детей в группах (Приложение 4)
    - план мероприятий по контролю за организацией питания (Приложение 5)

12. Членам бракеражной комиссии осуществлять:

- контроль за организацией питания воспитанников в ДОУ;
- контроль за качеством приготовления пищи, соблюдение технологии приготовления пищи, раздачи пищи, соблюдения питьевого режима;
- усилить контроль за правильностью хранения продуктов питания и соблюдения сроков реализации, соблюдения температурного режима, влажности;
- контроль за выполнением норм питания воспитанников и соблюдением 10-ти дневного цикличного меню;
- выставление контрольных блюд;
- контроль за своевременные выдачи пищи в групповые ячейки и температура готовых блюд;
- ведение «Журнала бракеража готовых продуктов питания, накопительной ведомости выполнения натуральных норм питания детей»;
- «Журнал здоровья сотрудников пищеблока» («Гигиенический журнал» сотрудники);
- «Журнал учета температурного режима холодильного оборудования»;
- «Журнал санитарного состояния пищеблока».
- «Журнал бракеража готовой кулинарной продукции»;
- «Журнал бракеража скоропортящейся пищевой продукции»;
- «Журнал температуры и влажности в складских помещениях».

13. Возложить персональную ответственность за ежедневный отбор суточной пробы готовой продукции в установленном порядке и за ее хранение в тече-

нии 48 часов (не считая выходных дней) в специальном холодильнике при температуре +2…+6 С на поваров.

14. Сбалансировать питание для детей-аллергиков, списки детей-аллергиков доводить до сведения воспитателей, помощников воспитателя, повара – ответственные: заведующий ДОУ, калькулятор.
15. Возложить на кладовщиков ответственность за:

- доставки пищевых продуктов и продовольственного сырья, точность веса, количество, качество и ассортимент получаемых продуктов, соответствие сопроводительных документов на продукты;
- соблюдение санитарных требований по хранению продуктов, сроков реализации в соответствии требованиями производителя, соблюдение температурного режима, хранения продуктов с занесением в журнал;
- работу с поставщиками продуктов питания;
- наличие сопроводительных документов в соответствии с требованиями;
- оформление соответствующих документов, при обнаружении некачественных продуктов, в течении трех дней (акт-приемки);
- ведение учетной документации в электронном виде (таблица прихода и расхода продуктов), своевременное заполнение и содержание в порядке;
- обеспечение санитарного состояния продуктовой кладовой, овощехранилища, холодильного оборудования в соответствии с требованиями;
- обеспечение работы гигрометра.

13.1. Обнаруженные некачественные пищевые продукты и продовольственное сырье или их недостача оформляется актом, который подписывается представителями бракеражной комиссии ДОУ: кладовщиком, поваром, дежурным администратором и поставщиком, в лице экспедитора.

13.2. При получении пищевых продуктов, продовольственного сырья кладовщик проводит визуальную органолептическую оценку их доброкачественности с фиксацией результатов в бракеражном журнале поступающего продовольственного сырья и пищевых продуктов.

16. Возложить ответственность за работу пищеблоков на заведующего хозяйством Тарасову И.Н., на период ее отсутствия на лицо ее заменяющее.
17. Персоналу пищеблока:

17.1 Строго соблюдать правила технологии обработки продуктов и приготовления пищи.

17.2 Своевременно получать необходимые по меню продукты точно по весу, тщательно проверять их качество, не допускать использования их при малейших признаках порчи, не принимать товар с истекшим сроком хранения.

17.3 Строго соблюдать технологию приготовления блюд, согласно технологическим картам, закладку необходимых продуктов производить согласно меню-раскладке.

17.4 Ежедневно оставлять суточную пробу готовых продуктов и пробу (диетического питания).

17.5 Выставлять контрольное блюдо на раздачу.

17.6 Соблюдать график выдачи готовой пищи на группы в соответствии с норой, согласно возрасту и количеству воспитанников в группе.

17.7 Отходы пищевых продуктов (скорлупу яиц, банки, остатки от переработки рыбы, мяса, упаковки от творога, молока, сметаны и др.) сохранять до конца рабочего дня в отдельном месте.

17.8 При работе на технологическом оборудовании строго руководствоваться инструкцией по охране труда.

17.9 Помещение пищеблока содержать в образцовой чистоте, согласно графику уборки, соблюдать санитарно-противоэпидемические требования.

17.10 Своевременно проходить профилактический медицинский осмотр.

17.11 Вход посторонних лиц на пищеблок запрещен, допускаются рабочие с разрешением администрации и только в специальной одежде.

18. Возложить ответственность за учет температурного режима в холодильнике, предназначенного для хранения суточной пробы готовой продукции на кладовщиков. Во время отсутствия кладовщика на лицо его заменяющее.

19. Создать комиссию по снятию остатков продуктов питания в кладовой в составе:
    - бухгалтера ДОУ;
    - заведующего хозяйством;
    - представителя ДОУ (по согласованию).

Ежегодно проводить снятие остатков продуктов питания в кладовой; обо всех выявленных нарушениях докладывать заведующему ДОУ.

20. Кладовщикам ДОУ ежемесячно проводить выверку остатков продуктов питания с бухгалтером ДОУ.

21. Работникам пищеблока запрещается носить украшения и наносить покрытия на ногти рук, переодеваться на рабочем месте и хранить личные вещи на пищеблоке, личные продукты хранить в отдельном промаркированном контейнере («Для сотрудников»), отвлекать друг друга в процессе рабочего времени посторонними разговорами, разговорами по сотовому телефону, не относящимися к работе.

22. На пищеблоке необходимо иметь:
    - правила охраны труда при эксплуатации электроприборов (хранятся в отдельной папке);
    - инструкции по организации детского питания;
    - технологические карты приготовления блюд;
    - медицинскую аптечку;
    - огнетушитель;
    - диэлектрические коврики около каждого технологического оборудования.

23. Старшему воспитателю:
    - своевременно осуществлять педагогический контроль за качеством организации питания и созданием условий в группах;
    - включать в оперативный контроль вопросы формирования рационального поведения, полезных привычек, культурно-гигиенических навыков, основ культуры питания у детей;
    - организовывать проведение разъяснительной работы с воспитанниками, их родителями (законными представителями) по формированию навыков культуры здорового питания, этикета приема пищи;
    - один раз в неделю от каждой группы публиковать фотографии готовых блюд и сервировки в разделе «Вкуснотеево» на канале MAX.
    - осуществлять контроль за организацией питания в группах дошкольного возраста и на пищеблоке согласно годовому плану, программы производственного контроля, а также внеплановые проверки, по результатам справки или акты.

24. Контроль исполнения приказа осуществляет заведующий, в периоды его отсутствия (отпуск, болезнь, командировка) – исполняющий обязанности заведующего.

Заведующий А.В. Баландина

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 144 «Сказкоград»
630108, г. Новосибирск, ул. Станиславского, д. 4а, т. 351-56-38
ИНН 5404244717 КПП 540401001, ОКАТО 50401000000

Утверждаю
Заведующий д\с 144
А.В.Баландина

28.09.2026

10 дневное меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: дети старше 3х лет
(Новое)

Пр и	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1, день 1							
завтрак							
	Каша "Геркулес"на молоке с курагой(вязкая)2	180	8.8	12.7	41.5	315	54-11к-2020
	Бутерброд с маслом, сыром	40	6.8	6.5	19.39	180	3
	Чай с сахаром 2	180	0.12	0	15.44	62.24	381
	Итого за завтрак	400	15.72	19.2	76.33	557.24	
завтрак № 2							
	Сок фруктовый	100	0.334	0.067	6.734	30.667	130
	Итого за завтрак № 2	100	0.334	0.067	6.734	30.667	
о б е д							
	Салат из белокочанной капусты с морковью	30	0.45	2.5	2.35	33	4
	Рассольник Домашний	180	2.44	6	16.82	124.6	64
	Оладьи из печени	80	16.9	5.3	14.2	172	357
	Картофельное пюре	150	3.2	6.5	26.8	172	206
	Компот из сухофруктов	180	0.42	0	14.4	59.47	399
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	30	2.475	0.45	12.525	61.875	3
	Итого за о б е д	665	26.635	21.125	92.72	651.82	
полдник							
	Молоко кипяченое 144 Сад	160	4.472	5.104	7.504	93.848	255
	Печенье сахарное	40	1.13	1.47	11.16	63	12.6в
	Итого за полдник	200	5.602	6.574	18.664	156.848	
у ж и н							
	Суп пюре из разных овощей с гренками 2	250	16.2	13.2	11.03	228	290
	Сок фруктовый	180	0.6	0.12	12.12	55.2	130
	Хлеб пшеничный	20	1	0.5	7.5	38.5	1
	Итого за у ж и н	450	17.8	13.82	30.65	321.7	
Итого за день		1815	66.091	60.786	225.098	1718.275	
Неделя 1, день 2							
завтрак							

	Каша пшенная на молоке(вязкая)2	180	3.2	1.2	21.13	110.6	96
	Бутерброд с маслом,	30	4.35	5.3	26.12	181.04	495
	Какао с молоком2	180	3.44	0.6	15.07	91.59	388
	Итого за завтрак	390	10.99	7.1	62.32	383.23	
завтрак № 2							
	Яблоки	100	0.4	0.3	10.3	47	843\1
	Итого за завтрак № 2	100	0.4	0.3	10.3	47	
о б е д							
	Салат из картофеля , солёных огурцов и зеленого горошка	80	0.408	2.448	1.248	11.12	15/1
	Свекольник	180	6.747	8.144	47.909	351.36	83
	Голубцы ленивые в соусе(свинина)2	100	8.7	8.6	4.2	129	333
	Кисель из свежих ягод (Брусника)	180	0.2	0.1	21.5	87	518
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	30	2.475	0.45	12.525	61.875	3
	Итого за о б е д	585	19.28	20.117	93.007	669.23	
полдник							
	Снежок	180	5.04	5.736	7.356	101.268	
	Пирожки с курагой	70	3.734	3.15	20.884	127.167	532
	Итого за полдник	250	8.774	8.886	28.24	228.435	
у ж и н							
	Вареники ленивые из творога	250	23.7	7.5	21.9	248	116
	Чай с повидлом,2	200	0.134	0.023	10.834	44.445	373
	Итого за у ж и н	450	23.834	7.523	32.734	292.445	
Итого за день		1775	63.278	43.926	226.601	1620.34	
Неделя 1, день 3							
завтрак							
	Каша ячневая на молоке(вязкая)2	180	3.62	0.67	21.3	180.38	168
	Бутерброд с маслом,	30	4.35	5.3	26.12	181.04	495

	Кофейный напиток на молоке2	180	2.85	2.41	14.36	91	395
	Итого за завтрак	390	10.82	8.38	61.78	452.42	
завтрак № 2							
	Груши	100	0.4	0.3	10.3	47	843
	Итого за завтрак № 2	100	0.4	0.3	10.3	47	
о б е д							
	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2.421	2.592	15.048	93.285	173
	Бигос с рисом и курицей	210	18.06	18.144	4.2	252	329\1
	Компот из смородины	180	0.3	0.1	8.4	35.4	54-7хн-2020
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	30	2.475	0.45	12.525	61.875	3
	Итого за о б е д	615	24.006	21.661	45.798	471.435	
полдник							
	Молоко кипяченое 144 Сад	160	4.472	5.104	7.504	93.848	255
	МАННИК	90	4.985	0.485	27.97	173.77	550
	Итого за полдник	250	9.457	5.589	35.474	267.618	
у ж и н							
	Сельдь с луком и рас.маслом	50	5.25	5.5	1.95	78.3	233
	Картофель запеченный из отварного	200	3.2	12.667	20.267	208	433
	Чай с лимоном 2	180	0.12	0.02	10.2	41	412
	Хлеб пшеничный	20	1	0.5	7.5	38.5	1
	Итого за у ж и н	450	9.57	18.687	39.917	365.8	
Итого за день		1805	54.253	54.617	193.269	1604.273	
Неделя 1, день 4							
завтрак							
	Каша гречневая на молоке(вязкая)2	180	5.46	6.2	25.82	181	230/1
	Бутерброд с джемом или повидлом	45	2.49	3.03	27.56	156	109
	Чай с молоком2	180	2.67	2.34	14.31	89	394
	Итого за завтрак	405	10.62	11.57	67.69	426	

завтрак № 2							
	Итого за завтрак № 2	0					
о б е д							
	Салат из свеклы с чесноком	30	0.396	2.724	1.707	32.922	40
	Щи из свежей капусты с картофелем	180	2.09	9.17	7.17	100.42	82
	Азу(говядина) 2	90	18.484	20.183	14.31	324.169	448/1
	Каша перловая (гарнир)	130	12.415	8.797	55.814	352.084	313/1
	Компот из кураги	180	0.33	0.2	21.87	90.58	403
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	30	2.475	0.45	12.525	61.875	3
	Итого за о б е д	655	36.94	41.899	119.021	990.925	
полдник							
	ПИЦЦА ДЕТСКАЯ	80	10.4	10.9	25.4	241	537
	Чай с сахаром 2	180	0.12	0	15.44	62.24	381
	Итого за полдник	260	10.52	10.9	40.84	303.24	
у ж и н							
	Салат из зеленого горошка с раст.маслом	60	3.15	4.65	6.3	80.4	338
	Омлет натуральный 2	150	7.85	9.06	3.21	124.93	77/1
	Напиток из плодов шиповника	200	0.678	0.278	20.745	87.778	417
	Хлеб пшеничный	20	1	0.5	7.5	38.5	1
	Итого за у ж и н	430	12.678	14.488	37.755	331.608	
Итого за день		1750	70.758	78.857	265.306	2051.773	
Неделя 1, день 5							
завтрак							
	Суп с макаронными изделиями на молоке2	180	5.72	5.06	18.84	143.8	140/1
	Бутерброд с маслом,	30	4.35	5.3	26.12	181.04	495
	Чай с повидлом,2	180	0.12	0.02	9.75	40	373
	Итого за завтрак	390	10.19	10.38	54.71	364.84	
завтрак № 2							
	Яблоки	100	0.4	0.3	10.3	47	843\1
	Итого за завтрак № 2	100	0.4	0.3	10.3	47	
о б е д							

	Салат из квашенной капусты с брусникой	30	0.45	2.5	2.35	33	4/1
	Борщ с св.капустой и картофелем.	180	1.79	6.94	7.76	46.8	62
	Жаркое по домашнему с курицей	200	18.91	4.819	16.819	186.364	276
	Компот из сухофруктов	180	0.42	0	14.4	59.47	399
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	30	2.475	0.45	12.525	61.875	3
	Итого за о б е д	635	24.795	15.084	59.479	416.384	
полдник							
	Сок фруктовый	190	0.634	0.127	12.794	58.267	130
	Пряник	60	5.9	0	75	166.52	608
	Итого за полдник	250	6.534	0.127	87.794	224.787	
у ж и н							
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	220	16	8.9	22.7	235	346
	Напиток клюквенный	180	0.5	0.1	10.8	46.3	54-2хн-2020
	Хлеб пшеничный	20	1	0.5	7.5	38.5	1
	Итого за у ж и н	420	17.5	9.5	41	319.8	
Итого за день		1795	59.419	35.391	253.283	1372.811	
Неделя 2, день 1							
завтрак							
	Каша геркулесовая на молоке(вязкая)2	180	6.46	8.12	25.64	201.6	232/1
	Бутерброд с маслом, сыром	40	6.8	6.5	19.39	180	3
	Чай с сахаром 2	180	0.12	0	15.44	62.24	381
	Итого за завтрак	400	13.38	14.62	60.47	443.84	
завтрак № 2							
	Сок фруктовый	100	0.334	0.067	6.734	30.667	130
	Итого за завтрак № 2	100	0.334	0.067	6.734	30.667	
о б е д							
	Салат свекла с сыром с растит. мас.	30	4.685	5.655	33.27	244	31

	Суп овощной с зеленым горошком на м/б	180	16.2	13.2	11.03	228	290
	Гуляш из отварного мяса(говядина)2	90	16.43	17.94	12.72	288.15	448/1
	Каша булгур (гарнир) 2	130	11.46	8.12	51.52	325	313/2
	Компот из св.яблок и апельсин	180	0.16	0.19	15.19	62.02	
	Хлеб пшеничный	20	1	0.5	7.5	38.5	1
	Хлеб ржаной	45	3.713	0.675	18.788	92.813	3
	Итого за о б е д	675	53.648	46.28	150.018	1278.483	
полдник							
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	60	3.54	6.57	27.87	185	460
	Молоко кипяченое 144 Сад	190	5.311	6.061	8.911	111.445	255
	Итого за полдник	250	8.851	12.631	36.781	296.445	
у ж и н							
	Сырники из творога с морковью	220	6.05	7.17	27.71	152.26	202
	Молоко сгущенное	30	14.4	17	111	654	471
	Сок фруктовый	180	0.6	0.12	12.12	55.2	130
	Хлеб пшеничный	20	1	0.5	7.5	38.5	1
	Итого за у ж и н	450	22.05	24.79	158.33	899.96	
Итого за день		1875	98.263	98.388	412.333	2949.395	
Неделя 2, день 2							
завтрак							
	Омлет натуральный 2	130	6.804	7.852	2.782	108.273	77/1
	Бутерброд с маслом,	30	4.35	5.3	26.12	181.04	495
	Кофейный напиток на молоке2	180	2.85	2.41	14.36	91	395
	Итого за завтрак	340	14.004	15.562	43.262	380.313	
завтрак № 2							
	Яблоки	100	0.4	0.3	10.3	47	843\1
	Итого за завтрак № 2	100	0.4	0.3	10.3	47	
о б е д							
	Салат из соленых огурцов и реп.лука с рас.мас.	30	0.18	0.09	20.64	84	399
	Уха рыбацкая из трески	180	27.7	9.3	49	390	121

	Биточки в соусе(постная свинина)2	80	12.44	9.24	12.56	183	282
	Картофельное пюре	150	3.2	6.5	26.8	172	206
	Компот из клубники	180	0.13	0.06	16.514	67.12	
	Хлеб пшеничный	20	1	0.5	7.5	38.5	1
	Хлеб ржаной	45	3.713	0.675	18.788	92.813	3
	Итого за о б е д	685	48.363	26.365	151.802	1027.433	
полдник							
	Кефир	190	5.912	6.735	8.635	118.75	251
	Ватрушка с творогом	60	3.4	1.4	18.6	101	531
	Итого за полдник	250	9.312	8.135	27.235	219.75	
у ж и н							
	Вермишель отварная с тертым сыром	240	5.34	4.6	16.45	131	6.9
	Напиток из плодов шиповника	200	0.678	0.278	20.745	87.778	417
	Итого за у ж и н	440	6.018	4.878	37.195	218.778	
Итого за день		1815	78.097	55.24	269.794	1893.274	
Неделя 2, день 3							
завтрак							
	Каша рисовая на молоке(вязкая)2	180	1.92	0.7	23.01	104	98
	Бутерброд с маслом, сыром	40	6.8	6.5	19.39	180	3
	Какао с молоком2	180	3.44	0.6	15.07	91.59	388
	Итого за завтрак	400	12.16	7.8	57.47	375.59	
завтрак № 2							
	Бананы	100	0.75	0.1	10.9	47.5	1
	Итого за завтрак № 2	100	0.75	0.1	10.9	47.5	
о б е д							
	Щи из квашенной капусты	180	1.57	4.5	5.77	70	104
	Котлета куриная	80	12.27	7.9	8.51	154	307
	Горошница	140	13.534	1.214	31.547	191.147	54-21г-2020
	Компот из кураги	180	0.33	0.2	21.87	90.58	403

	Хлеб пшеничный	20	1	0.5	7.5	38.5	1
	Хлеб ржаной	45	3.713	0.675	18.788	92.813	3
	Итого за о б е д	645	32.417	14.989	93.985	637.04	
полдник							
	Булочка "Посыпушка"2	60	3.39	6.98	26.07	200	470
	Молоко кипяченое 144 Сад	190	5.311	6.061	8.911	111.445	255
	Итого за полдник	250	8.701	13.041	34.981	311.445	
у ж и н							
	Картофель отварной	180	2.46	4.752	19.344	129.6	125
	Котлеты или биточки рыбные(минтай)	80	9.2	1.4	11.8	97	307
	Чай с лимоном 2	180	0.12	0.02	10.2	41	412
	Хлеб пшеничный	20	1	0.5	7.5	38.5	1
	Итого за у ж и н	460	12.78	6.672	48.844	306.1	
Итого за день		1855	66.808	42.602	246.18	1677.675	
Неделя 2, день 4							
завтрак							
	Каша "Дружба"на молоке(вязкая)2	180	5	6.9	23.9	178	54-16к-2020/1
	Бутерброд с маслом,	30	4.35	5.3	26.12	181.04	495
	Кофейный напиток на молоке2	180	2.85	2.41	14.36	91	395
	Итого за завтрак	390	12.2	14.61	64.38	450.04	
завтрак № 2							
	Итого за завтрак № 2	0					
о б е д							
	Борщ с фасолью и картофелем	180	3.82	5.12	16.18	126.13	63
	Гречаники	180	13.377	8.565	19.194	207.474	298.28/1
	Компот из св.яблок и вишни	180	0.115	0.078	12.914	52.82	
	Хлеб пшеничный	20	1	0.5	7.5	38.5	1
	Хлеб ржаной	45	3.713	0.675	18.788	92.813	3
	Итого за о б е д	605	22.025	14.938	74.576	517.737	
полдник							

	Снежок	190	5.32	6.055	7.765	106.894	
	Шанежка наливная	60	3.8	3.4	23.2	139	569
	Итого за полдник	250	9.12	9.455	30.965	245.894	
у ж и н							
	Овощное рагу	210	3.752	14.538	20.647	202.622	92
	Напиток клюквенный	180	0.5	0.1	10.8	46.3	54-2хн-2020
	Яйцо вареное	40	5.1	4.6	0.3	63	267
	Хлеб пшеничный	20	1	0.5	7.5	38.5	1
	Итого за у ж и н	450	10.352	19.738	39.247	350.422	
Итого за день		1695	53.697	58.741	209.168	1564.093	
Неделя 2, день 5							
завтрак							
	Каша кукурузная на молоке(вязкая)2	180	11.12	7.64	21.77	150.12	161/1
	Бутерброд с джемом или повидлом	45	2.49	3.03	27.56	156	109
	Чай с молоком2	180	2.67	2.34	14.31	89	394
	Итого за завтрак	405	16.28	13.01	63.64	395.12	
завтрак № 2							
	Яблоки	100	0.4	0.3	10.3	47	843\1
	Итого за завтрак № 2	100	0.4	0.3	10.3	47	
о б е д							
	Салат из кукурузы и капусты	30	14.415	30.9	40.205	496.5	12/1
	Суп гороховый с гренками	180	29.9	14.7	64.8	511	128
	Плов из птицы	210	22.26	7.73	35.69	301	304
	Кисель из свежих ягод (Брусника)	180	0.2	0.1	21.5	87	518
	Хлеб пшеничный	20	1	0.5	7.5	38.5	1
	Хлеб ржаной	45	3.713	0.675	18.788	92.813	3
	Итого за о б е д	665	71.488	54.605	188.483	1526.813	
полдник							

	Йогурт	190	10.556	6.756	17.945	183.667	536
	Булочка "Российская"	60	4.1	4.2	28.5	168	544
	Йогурт фруктовый	190	0	0	0	161.5	
	Итого за полдник	440	14.656	10.956	46.445	513.167	
у ж и н							
	Винегрет с растительным маслом	160	1.143	8.115	6.858	104.915	54-16з-2020
	Оладьи из печени	90	19.013	5.963	15.975	193.5	357
	Чай с лимоном 2	180	0.12	0.02	10.2	41	412
	Хлеб пшеничный	20	1	0.5	7.5	38.5	1
	Итого за у ж и н	450	21.276	14.598	40.533	377.915	
Итого за день		2060	124.1	93.469	349.401	2860.015	
Среднее значение за период:		1824	73.477	62.202	265.044	1931.193	

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 144 «Сказкоград»
630108, г. Новосибирск, ул. Станиславского, д. 4а, т. 351-56-38
ИНН 5404244717 КПП 540401001, ОКАТО 50401000000

Утверждаю
Заведующий д\с 144
А.В.Баландина

30.01.2026

10 дневное меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: дети младше 3-х лет
(Новое)

Прием	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1, день 1							
завтрак							
	Каша "Геркулес"на молоке с курагой(вязкая)1	150	8.8	12.7	41.5	315	54-11к-2020
	Бутерброд с маслом, сыром	40	6.8	6.5	19.39	180	3
	Чай с сахаром 1	150	0.139	0	17.816	71.816	381/1
	Итого за завтрак	340	15.739	19.2	78.706	566.816	
завтрак № 2							
	Сок фруктовый	100	0.334	0.067	6.734	30.667	130
	Итого за завтрак № 2	100	0.334	0.067	6.734	30.667	
о б е д							
	Салат из белокочанной капусты с морковью	20	0.3	1.667	1.567	22	4
	Рассольник Домашний	130	1.763	4.334	12.148	89.989	64
	Оладьи из печени	50	10.563	3.313	8.875	107.5	357
	Картофельное пюре	100	2.134	4.334	17.867	114.667	206
	Компот из сухофруктов	130	0.304	0	10.4	42.951	399
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	25	2.063	0.375	10.438	51.563	3
	Итого за о б е д	470	17.877	14.398	66.92	457.545	
полдник							
	Молоко кипяченое 144 Сад	160	4.472	5.104	7.504	93.848	255
	Печенье	40	7.5	16	67	144.32	10
	Итого за полдник	200	11.972	21.104	74.504	238.168	
у ж и н							
	Суп пюре из разных овощей с гренками	220	16.2	13.2	11.03	228	290
	Сок фруктовый	165	0.55	0.11	11.11	50.6	130
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Итого за у ж и н	400	17.5	13.685	27.765	307.475	
Итого за день		1510	63.422	68.454	254.629	1600.671	
Неделя 1, день 2							
завтрак							

	Каша пшенная на молоке(вязкая)1	150	3.2	1.2	21.13	110.6	96
	Бутерброд с маслом,	30	4.35	5.3	26.12	181.04	495
	Какао с молоком 1	150	3.44	0.6	15.07	91.59	388
	Итого за завтрак	330	10.99	7.1	62.32	383.23	
завтрак № 2							
	Яблоки	100	0.4	0.3	10.3	47	843\1
	Итого за завтрак № 2	100	0.4	0.3	10.3	47	
о б е д							
	Салат из картофеля , солёных огурцов и зеленого горошка	60	0.306	1.836	0.936	8.34	15/1
	Свекольник	150	5.622	6.786	39.924	292.8	83
	Голубцы ленивые в соусе(свинина) 1	90	8.7	8.6	4.2	129	333/1
	Кисель из свежих ягод (Брусника)	130	0.145	0.073	15.528	62.834	518
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	25	2.063	0.375	10.438	51.563	3
	Итого за о б е д	470	17.586	18.045	76.651	573.412	
полдник							
	Снежок	150	4.2	4.78	6.13	84.39	
	Пирожки с курагой	50	2.667	2.25	14.917	90.834	532
	Итого за полдник	200	6.867	7.03	21.047	175.224	
у ж и н							
	Вареники ленивые из творога	220	20.856	6.6	19.272	218.24	116
	Чай с повидлом 1	180	0.167	0.028	13.5	55.385	373
	Итого за у ж и н	400	21.023	6.628	32.772	273.625	
	Итого за день	1500	56.866	39.103	203.09	1452.491	
Неделя 1, день 3							
завтрак							
	Каша ячневая на молоке(вязкая)1	150	3.62	0.67	21.3	179.38	168
	Бутерброд с маслом,	30	4.35	5.3	26.12	181.04	495

	Кофейный напиток на молоке 1	150	3.289	2.781	16.57	105	395/1
	Итого за завтрак	330	11.259	8.751	63.99	465.42	
завтрак № 2							
	Груши	100	0.4	0.3	10.3	47	843
	Итого за завтрак № 2	100	0.4	0.3	10.3	47	
о б е д							
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	2.018	2.16	12.54	77.738	173
	Бигос с рисом и курицей	150	12.9	12.96	3	180	329\1
	Компот из смородины	130	0.217	0.073	6.067	25.567	54-7хн-2020
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	25	2.063	0.375	10.438	51.563	3
	Итого за о б е д	470	17.948	15.943	37.67	363.743	
полдник							
	Молоко кипяченое 144 Сад	160	4.472	5.104	7.504	93.848	255
	МАННИК	50	2.77	0.27	15.539	96.539	550
	Итого за полдник	210	7.242	5.374	23.043	190.387	
у ж и н							
	Сельдь с луком и рас.маслом	40	4.2	4.4	1.56	62.64	233
	Картофель запеченный из отварного	160	2.56	10.134	16.214	166.4	433
	Чай с лимоном 1	180	0.167	0.028	14.124	56.77	412/1
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Итого за у ж и н	395	7.677	14.937	37.523	314.685	
Итого за день		1505	44.526	45.305	172.526	1381.235	
Неделя 1, день 4							
завтрак							
	Каша гречневая на молоке(вязкая)1	150	5.46	6.2	25.82	181	230
	Бутерброд с джемом или повидлом	45	2.49	3.03	27.56	156	109
	Чай с молоком 1	150	3.081	2.7	16.512	102.693	394
	Итого за завтрак	345	11.031	11.93	69.892	439.693	

завтрак № 2							
	Итого за завтрак № 2	0					
о б е д							
	Салат из свеклы с чесноком	20	0.264	1.816	1.138	21.948	40
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1.742	7.642	5.975	83.684	82
	Азу(говядина) 1	80	18.778	20.503	14.538	329.315	448/1
	Каша перловая (гарнир)	100	9.55	6.767	42.934	270.834	313/1
	Компот из кураги	130	0.239	0.145	15.795	65.419	403
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	25	2.063	0.375	10.438	51.563	3
	Итого за о б е д	520	33.386	37.623	96.443	851.638	
полдник							
	ПИЦЦА ДЕТСКАЯ	50	6.5	6.813	15.875	150.625	537
	Чай с сахаром 2	150	0.1	0	12.867	51.867	381
	Итого за полдник	200	6.6	6.813	28.742	202.492	
у ж и н							
	Салат из зеленого горошка с раст.маслом	40	2.1	3.1	4.2	53.6	338
	Омлет натуральный 1	130	7.85	9.06	3.21	124.93	77
	Напиток из плодов шиповника	180	0.61	0.25	18.67	79	417
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Итого за у ж и н	365	11.31	12.785	31.705	286.405	
Итого за день		1430	62.327	69.151	226.782	1780.228	
Неделя 1, день 5							
завтрак							
	Суп с макаронными изделиями на молоке1	150	5.72	5.06	18.84	143.8	140
	Бутерброд с маслом,	30	4.35	5.3	26.12	181.04	495
	Чай с повидлом 1	150	0.139	0.024	11.25	46.154	373
	Итого за завтрак	330	10.209	10.384	56.21	370.994	
завтрак № 2							

	Яблоки	100	0.4	0.3	10.3	47	843\1
	Итого за завтрак № 2	100	0.4	0.3	10.3	47	
о б е д							
	Салат из квашенной капусты с брусникой	20	0.3	1.667	1.567	22	4/1
	Борщ с св.капустой и картофелем.	150	1.492	5.784	6.467	39	62
	Жаркое по домашнему с курицей	150	14.182	3.614	12.614	139.773	276
	Компот из сухофруктов	130	0.304	0	10.4	42.951	399
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	25	2.063	0.375	10.438	51.563	3
	Итого за о б е д	490	19.091	11.815	47.111	324.162	
полдник							
	Сок фруктовый	170	0.567	0.114	11.447	52.134	130
	Пряник	30	2.95	0	37.5	83.26	608
	Итого за полдник	200	3.517	0.114	48.947	135.394	
у ж и н							
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	210	15.273	8.496	21.669	224.319	346
	Напиток клюквенный	150	0.417	0.084	9	38.584	54-2хн-2020
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Итого за у ж и н	375	16.44	8.955	36.294	291.778	
Итого за день		1495	49.657	31.568	198.862	1169.328	
Неделя 2, день 1							
завтрак							
	Каша "геркулес" на молоке (вязкая)1	150	3.81	1.89	19.69	110.8	93
	Бутерброд с маслом, сыром	40	6.8	6.5	19.39	180	3
	Чай с сахаром 1	150	0.139	0	17.816	71.816	381/1
	Итого за завтрак	340	10.749	8.39	56.896	362.616	
завтрак № 2							
	Сок фруктовый	100	0.334	0.067	6.734	30.667	130
	Итого за завтрак № 2	100	0.334	0.067	6.734	30.667	
о б е д							

	Салат свекла с сыром с растит. мас.	20	3.124	3.77	22.18	162.667	31
	Суп овощной с зеленым горошком на м/б	150	13.5	11	9.192	190	290
	Гуляш из отварного мяса(говядина)1	80	16.43	17.94	12.72	288.15	448/1
	Каша булгур (гарнир) 1	100	10.419	7.382	46.837	295.455	313/2
	Компот из св.яблок и апельсин	130	0.116	0.138	10.971	44.793	
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	25	2.063	0.375	10.438	51.563	3
	Итого за о б е д	520	46.402	40.98	117.963	1061.503	
полдник							
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	60	3.54	6.57	27.87	185	460
	Молоко кипяченое 144 Сад	160	4.472	5.104	7.504	93.848	255
	Итого за полдник	220	8.012	11.674	35.374	278.848	
у ж и н							
	Сырники из творога с морковью	220	6.05	7.17	27.71	152.26	202
	Молоко сгущенное	20	9.6	11.334	74	436	471
	Сок фруктовый	150	0.5	0.1	10.1	46	130
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Итого за у ж и н	405	16.9	18.979	117.435	663.135	
Итого за день		1585	82.397	80.09	334.402	2396.769	
Неделя 2, день 2							
завтрак							
	Омлет натуральный 1	110	6.643	7.667	2.717	105.71	77
	Бутерброд с маслом,	30	4.35	5.3	26.12	181.04	495
	Кофейный напиток на молоке 1	150	3.289	2.781	16.57	105	395/1
	Итого за завтрак	290	14.282	15.748	45.407	391.75	
завтрак № 2							
	Яблоки	100	0.4	0.3	10.3	47	843\1
	Итого за завтрак № 2	100	0.4	0.3	10.3	47	
о б е д							
	Салат из соленых огурцов и реп. лука с растит.мас.	20	0.12	0.06	13.76	56	399

	Уха рыбацкая из трески	150	23.084	7.75	40.834	325	121
	Биточки в соусе(постная свинина)1	60	12.44	9.24	12.56	183	282
	Картофельное пюре	100	2.134	4.334	17.867	114.667	206
	Компот из клубники	130	0.094	0.044	11.927	48.476	
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	25	2.063	0.375	10.438	51.563	3
	Итого за о б е д	500	40.685	22.178	113.011	807.581	
полдник							
	Кефир	160	4.978	5.672	7.272	100	251
	Ватрушка с творогом(до3х)	40	3.4	1.4	18.6	101	531/1
	Итого за полдник	200	8.378	7.072	25.872	201	
у ж и н							
	Вермишель отварная с тертым сыром	200	4.45	3.834	13.709	109.167	6.9
	Напиток из плодов шиповника	200	0.678	0.278	20.745	87.778	417
	Итого за у ж и н	400	5.128	4.112	34.454	196.945	
Итого за день		1490	68.873	49.41	229.044	1644.276	
Неделя 2, день 3							
завтрак							
	Каша рисовая на молоке(вязкая)1	150	1.92	0.7	23.01	104	98
	Бутерброд с маслом, сыром	40	6.8	6.5	19.39	180	3
	Какао с молоком 1	150	3.44	0.6	15.07	91.59	388
	Итого за завтрак	340	12.16	7.8	57.47	375.59	
завтрак № 2							
	Бананы	100	0.75	0.1	10.9	47.5	1
	Итого за завтрак № 2	100	0.75	0.1	10.9	47.5	
о б е д							
	Щи из квашенной капусты	150	1.309	3.75	4.809	58.334	104
	Котлета куриная	50	7.669	4.938	5.319	96.25	307
	Горошница	100	9.667	0.867	22.534	136.534	54-21г-2020
	Компот из смородины	130	0.217	0.073	6.067	25.567	54-7хн-2020
	Компот из кураги	130	0.239	0.145	15.795	65.419	403

	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	25	2.063	0.375	10.438	51.563	3
	Итого за о б е д	600	21.914	10.523	70.587	462.542	
полдник							
	Булочка "Посыпушка"1	40	3.39	6.98	26.07	200	470
	Молоко кипяченое 144 Сад	160	4.472	5.104	7.504	93.848	255
	Итого за полдник	200	7.862	12.084	33.574	293.848	
у ж и н							
	Картофель отварной	170	2.324	4.488	18.27	122.4	125
	Котлеты или биточки рыбные(минтай)	60	6.9	1.05	8.85	72.75	307
	Чай с лимоном 1	150	0.139	0.024	11.77	47.308	412/1
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Итого за у ж и н	395	10.113	5.937	44.515	271.333	
Итого за день		1635	52.799	36.444	217.046	1450.813	
Неделя 2, день 4							
завтрак							
	Каша "Дружба"на молоке(вязкая)1	150	5	6.9	23.9	178	54-16к-2020
	Бутерброд с маслом,	30	4.35	5.3	26.12	181.04	495
	Кофейный напиток на молоке 1	150	3.289	2.781	16.57	105	395/1
	Итого за завтрак	330	12.639	14.981	66.59	464.04	
завтрак № 2							
	Итого за завтрак № 2						
о б е д							
	Борщ с фасолью и картофелем	150	3.184	4.267	13.484	105.109	63
	Гречаники	150	11.148	7.137	15.995	172.895	298.28/1
	Компот из св.яблок и вишни	130	0.084	0.057	9.327	38.148	
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	25	2.063	0.375	10.438	51.563	3
	Итого за о б е д	470	17.229	12.211	54.869	396.59	
полдник							
	Снежок	160	4.48	5.099	6.539	90.016	
	Шанежка наливная	40	2.534	2.267	15.467	92.667	569

	Итого за полдник	200	7.014	7.366	22.006	182.683	
у ж и н							
	Овощное рагу	200	3.573	13.846	19.664	192.973	92
	Напиток клюквенный	150	0.417	0.084	9	38.584	54-2хн-2020
	Яйцо вареное	40	5.1	4.6	0.3	63	267
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Итого за у ж и н	405	9.84	18.905	34.589	323.432	
Итого за день		1405	46.722	53.463	178.054	1366.745	
Неделя 2, день 5							
	Каша кукурузная на молоке(вязкая)1	150	11.12	7.64	21.77	150.12	161/1
	Бутерброд с джемом или повидлом	45	2.49	3.03	27.56	156	109
	Чай с молоком 1	150	3.081	2.7	16.512	102.693	394
	Итого за завтрак	345	16.691	13.37	65.842	408.813	
завтрак № 2							
	Яблоки	100	0.4	0.3	10.3	47	843\1
	Итого за завтрак № 2	100	0.4	0.3	10.3	47	
о б е д							
	Салат из кукурузы и капусты	20	9.61	20.6	26.804	331	12/1
	Суп гороховый с гренками	150	24.917	12.25	54	425.834	128
	Плов из птицы	160	16.96	5.89	27.193	229.334	304
	Кисель из свежих ягод (Брусника)	130	0.145	0.073	15.528	62.834	518
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Хлеб ржаной	25	2.063	0.375	10.438	51.563	3
	Итого за о б е д	500	54.445	39.563	139.588	1129.44	
полдник							
	Йогурт	160	8.889	5.689	15.112	154.667	536
	Булочка "Российская"	40	2.734	2.8	19	112	544

	Итого за полдник	200	11.623	8.489	34.112	266.667	
у ж и н							
	Винегрет с растительным маслом	140	1	7.1	6	91.8	54-16з-2020
	Оладьи из печени	90	19.013	5.963	15.975	193.5	357
	Чай с лимоном 1	150	0.139	0.024	11.77	47.308	412/1
	Хлеб пшеничный	15	0.75	0.375	5.625	28.875	1
	Итого за у ж и н	395	20.902	13.462	39.37	361.483	
Итого за день		1540	104.061	75.184	289.212	2213.403	
Среднее значение за период:		1509.5	63.165	54.818	230.365	1645.596	