

СОГЛАСОВАНО

Руководитель дошкольного

образовательного учреждения № 66

г. Березинки

21.08.2026г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

ООО "Центр социального питания г. Березинки"

Ю.М.Ернова

11 июля 2026г.

ПРИМЕРНОЕ ДВУХ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТСКИХ САДОВ (ЯСЛИ)

№ п/п	Выход	Завтрак	Пищевые вещества			У	К/ккал	Витамины		Минеральные в-ва	
			Б	Ж	С			В1	С	Са	Fe
602/2012	1 шт	Вафлы		0,9	5	13,2	102	0,02	0	2,2	0,14
пр/07/20	150	Каши манная молочная с маслом сливочным	4,66	5,31		23,18	161,25	0,06	1,04	99,58	0,33
пр/62/20	180	Чай с сахаром	0	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78
	350		5,56	10,31		49,92	317,35	0,08	1,04	106,64	1,25
		Обед									
168/2012	150	Суп картофельный с рыбной консервой	5,74	3,24		7,52	83,93	0,06	4,29	54,71	0,74
пр/15/202	50	Шницель из свинины	7,2	10,4		7,8	152,3	0,07	0	7	0,9
681/2010	110	Каши гречневая вязкая	4,57	6,32		16,44	142,65	0,09	0,71	70,88	1,72
пр/20/202	150	Компот из сухофруктов	0,24	0,15		16,4	67,93	0	0,21	6,34	5,38
124/2012	40	Хлеб ржано-пшеничный	3,88	1		25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85
	500		21,63	21,11		73,84	574,37	0,27	5,21	152,98	9,59
		Полдник									
110/2012	10/40	Бутерброд с повидлом на батоне	3,84	1,44		24,7	167,6	0,06	2	7,8	0,7
249/1998	150	Молоко кипяченое	4,28	4,78		7,56	90,1	0,02	0,38	150,64	0,13
	200		8,12	6,22		32,26	257,7	0,08	2,38	158,44	0,83
		Ужин									
пр/79/201	50	Рулет мясной паровой с яйцом	9,39	8,03		4,03	113,58	0,05	0	14,66	0,92
193/1998	120	Макаронные изделия отварные	4,41	4,23		28,26	168,88	1,47	0	8,53	0,71
пр/74/201	180	Компот из свежих фруктов	0,43	0,64		12,66	54,61	0,01	2,34	13,37	0,4
122/2012	50	Хлеб пшеничный	5,2	1,15		35,35	172,6	0,07	0	17,65	1,06
	400		19,43	14,05		80,3	509,67	1,6	2,34	54,21	3,09
		Ужин дома с 19-00 до 20-00									
	75	Омлет с зеленым горошком и морковью	4,93	5,78		2,61	82,18	0,04	0,92	55,7	0,88
	100	Кисломолочный напиток	2,8	2,19		4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1
	150	Фрукты (Плоды свежие)	0,6	0,6		15,6	67,5	0,05	15	24	3,3
			8,33	8,33		8,33	8,33	8,33	8,33	8,33	8,33
		Итого за день	63,07	60,02		244,65	1667,42	10,36	19,3	480,6	23,09

№ рец	2 день (вторник)	выход	Пищевые вещества			К/ккал	Витамины		Минеральные в-ва	
			Б	Ж	У		В I	C	Ca	Fe
Завтрак										
108/2012	Бутерброд с маслом сливочным на батоне	5/20	5,01	8,16	7,42	123,14	0,02	0,11	138,6	0,31
пр107/20	Капша геркулесовая молочная с маслом сливочным	145	4,7	6,6	19,11	155,5	0,13	1,16	117,6	0,93
пр108/20	Какао с молоком	180	3,05	0,63	29,5	135,78	0,04	0,3	138,5	0,59
		350	12,76	15,39	56,03	414,42	0,19	1,57	394,7	1,83
Обед										
пр174/20	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1,07	3,08	6,74	60,94	0,03	8,03	17,87	0,66
пр158/20	Биточек рыбный	50	7,39	1,37	4,84	61,2	0,03	0,14	20,13	0,35
205/1998	Картофельное пюре	110	2,34	4,44	17,08	117,6	0,09	3,4	24,24	0,76
пр103/20	Компот из изюма	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0,01	0,21	6,34	5,38
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85
		500	14,92	10,04	70,74	435,23	0,21	11,78	82,63	8
Полдник										
пр187/20	Булочка детская	50	4,3	1,5	32	159,2	0,04	0	11,25	0,53
249/1998	Молоко кипяченое	150	4,28	4,78	7,56	90,1	0,02	0,38	150,64	0,13
		200	8,58	6,28	39,56	249,3	0,06	0,38	161,89	0,66
Ужин										
211/1998	Пюре из моркови	40	0,5	1,34	2,57	24,6	0,01	1,5	14,2	0,21
пр15/202	Пудинг из творога с рисом "Нежный" с соусом.	120/30	14,5	8,8	21,6	203	0	0,38	131	0,62
пр15/202	Кисель Вишневка	180	0,02	0	18	70,1	0	0	4,86	0,78
122/2012	Хлеб пшеничный	30	3,12	0,69	21,21	103,56	0,04	0	10,54	0,64
		400	17,64	9,49	60,81	401,26	0,04	0,38	146,4	2,04
Ужин дома с 19-00 до 20-00										
	Блюдо из рыбы с зеленью	100	12,48	3,11	6,03	102,03	0,06	0,74	42,48	0,62
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1
	Фрукты (Плоды свежие)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	24	3,3
			15,88	15,88	15,88	15,88	15,88	15,88	15,88	15,88
Итого за день			69,78	57,08	243,02	1516,09	16,38	29,99	801,5	28,41

№ рецеп	3 день (средн)	Выход	Пищевые вещества			У	К/ккал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У			В I	C	Ca	Fe	
105/2012	Завтрак											
пр107/20	Бутерброд с сыром на батоне	10/20	5,01	3,87	7,42	123,14	0,02	0,11	138,6	0,31		
пр108/20	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140	3,91	7,85	28,7	203,48	0,04	1,83	73,49	0,53		
	Чай с молоком	180	1,31	1,13	15,7	78,41	0,02	0,58	58,86	0,83		
		350	10,23	12,83	51,82	405,03	0,08	2,52	270,95	1,67		
60/2012	Обед											
пр15/202	Салат из свёклы отварной	30	0,5	1,5	2,82	27,18	0,01	4,2	21,4	0,81		
пр15/202	Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,25	3,22	7,67	73,4	0,05	7,11	8,69	0,49		
203/1998	Котлета из свинины	50	7,2	10,4	7,8	152,3	0,07	0	7	0,9		
пр16/204	Картофель отварной	110	2,3	5,2	19,9	134,02	0,09	13,44	8,76	0,75		
124/2012	Компот из шиповника	150	0,51	0	17,3	71,18	0	45	4,08	3,6		
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85		
		530	13,14	19,82	78,35	585,64	0,26	65,55	42,58	6,59		
603/2012	Полдник											
249/1998	Пряник	1 шт	1,77	1,41	22,5	109,8	0,02	0	2,2	0,2		
	Молоко кипяченое	150	4,28	4,78	7,56	90,1	0,02	0,38	150,64	0,13		
		200	6,05	6,19	30,06	199,9	0,04	0,38	152,84	0,33		
пр158/20	Ужин											
190/1998	Тефтели мясные	50	7,1	6,03	4,8	92,08	0,05	2	12,63	0,74		
пр161/204	Рис отварной	110	2,85	3,73	29,53	165,13	1,76	0	10,23	0,85		
пр162/20	Соус томатный	30	0,6	1,27	2	21,8	0,01	0,1	17,91	0,04		
122/2012	Чай с лимоном	180	0,05	0	13,73	56,25	0	2,52	2,63	0,82		
	Хлеб пшеничный	30	3,12	0,69	21,21	103,56	0,04	0	10,54	0,64		
		400	13,72	11,72	71,27	438,82	1,86	4,62	53,94	3,09		
	Ужин дома с 19-00 до 20-00											
	Блюдо из мяса с овощным гарниром	100	8,52	8,28	3,52	142,68	0,04	12,42	33,62	1,46		
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1		
	Фрукты (Фрукты свежие)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	24	3,3		
			11,92	11,07	23,26	257,44	0,12	28,12	177,62	4,86		
	Итого за день		57,06	61,63	254,76	1886,83	2,36	101,19	697,93	16,54		

№ реп	4 день (четверг)	выход	Пищевые вещества			К/кал	Витамины		Минеральные в-ва	
			Б	Ж	У		В 1	С	Ca	Fe
110/2012	Завтрак									
пр107/20	Бутерброд с повидлом на батоне	10/20	1,2	4,2	20,4	124	0,02	0,1	6,4	0,44
пр107/20	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	140	4,53	5,45	25,71	170,37	0,14	1,1	108,55	0,91
пр108/20	Какао с молоком	180	3,05	0,63	29,5	135,78	0,04	0,3	138,5	0,59
		350	8,78	10,28	75,61	430,15	0,2	1,5	253,45	1,94
	Обед									
пр174/20	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	0,95	2,63	3,83	50,4	0,03	10,07	15,46	0,42
пр15/202	Хлебцы куриные	50	8,7	7,6	4,9	122,3	0,05	2	12,63	0,74
193/1998	Макаронные изделия отварные	110	4,04	3,9	25,9	154,8	1,47	0	8,53	0,71
пр20/202	Компот из сухофруктов	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0	0,21	6,34	5,38
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85
		500	17,81	15,28	76,71	522,99	1,6	12,28	57,01	8,1
	Полдник									
274/1998	Сдоба обыкновенная	50	3,93	3,06	29,48	161,23	0,06	0	6,6	0,4
249/1998	Молоко кипяченое	150	4,28	4,78	7,56	90,1	0,02	0,38	150,64	0,13
		200	8,21	7,84	37,04	251,33	0,08	0,38	157,24	0,53
	Ужин									
пр87/20	Пудинг творожный с яблоками	130	9,96	7,04	22,53	259,45	0,05	0,04	121,87	0,5
пр15/202	Соус фруктовый	40	0,02	0	7,7	31	0	0	4,86	0,78
пр162/20	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78
122/2012	Хлеб пшеничный	50	5,2	1,15	35,35	172,6	0,07	0	17,65	1,06
		400	15,18	8,19	79,12	517,15	0,12	0,04	149,24	3,12
	Ужин дома с 19-00 до 20-00									
	Котлеты овощные с творогом	150	5,5	15,53	16,64	228,44	0,12	16,36	57,3	1,68
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1
	Фрукты (Плоды свежие)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	24	3,3
			8,9	18,32	36,38	343,2	0,2	32,06	201,3	5,08
	Итого за день		58,88	59,91	304,86	2064,82	2,2	46,26	818,24	18,77

№ рсч	5 день (пятница)	выход	Пищевые вещества			К/кал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У		В 1	С	Са	Fe	
Завтрак											
108/2012	Бутерброд с маслом сливочным на батоне	5/20		5,01	8,16	7,42	123,14	0,02	0,11	138,6	0,31
пр135/20	Каши рисовая молочная с маслом сливочным	145		3,71	4,4	21,3	138,3	0,05	0,68	117,45	0,28
пр108/20	Чай с молоком	180		1,31	1,13	15,7	78,41	0,02	0,58	58,86	0,83
		350		10,03	13,69	44,42	339,85	0,09	1,37	314,91	1,42
Обед											
пр192/20	Суп крестьянский со сметаной	150		1,39	4,65	9,28	84,57	0,03	0,4	8,21	0,35
146/1998	Фрикадельки рыбные	50		7,45	3,85	3,93	57,55	0,04	0	6,88	6,23
205/1998	Картофельное пюре	110		2,34	4,44	17,08	117,6	0,09	3,4	24,24	0,76
пр103/20	Компот из яблок	150		0,24	0,15	16,4	67,93	0,01	0,21	6,34	5,38
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40		3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85
		500		15,3	14,09	72,37	455,21	0,22	4,01	59,72	13,57
Полдник											
604/2012	Печенье	1 шт		1,87	2,45	18,6	104,25	0,02	0	2,2	0,2
249/1998	Молоко кипяченое	150		4,28	4,78	7,56	90,1	0,02	0,38	150,64	0,13
126/2012	Фрукты (Плоды свежие)	1 шт		0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	1,5	24	3,3
		315		6,75	7,83	41,76	261,85	0,09	15,38	176,84	3,63
Ужин											
310/2012	Яйцо вареное	21		2,55	2,3	0,15	31,5	0,02	0	11	0,5
пр137/20	Рагу овощное	150		2,8	7,99	19,8	166,7	0,12	6,6	30,3	0,95
пр162/20	Чай с лимоном	180		0,05	0	13,73	56,25	0	2,52	2,63	0,82
122/2012	Хлеб пшеничный	50		5,2	1,15	35,35	172,6	0,07	0	17,65	1,06
		401		10,6	11,44	69,03	427,05	0,21	9,12	61,58	3,33
Ужин дома с 19-00 до 20-00											
	Пудинг мясной с овощами	100		8,52	8,28	3,52	142,68	0,04	12,42	33,62	1,46
	Кисломолочный напиток	100		2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1
				11,32	10,47	7,66	189,94	0,07	13,12	153,62	1,56
Итого за день				54	57,52	235,24	1673,9	0,68	43	766,67	23,51

№ рецеп	6 день (понедельник)	выход	Пищевые вещества			У	К/кал	Витамины		Минеральные в-ва	
			Б	Ж	У			В 1	С	Са	Fe
602/2012	Завтрак	1 шт	0,9	5	13,2	102	0,02	0	0	2,2	0,14
пр107/20	Вафля	150	5,57	5,44	27,3	182,8	0,11	1,04	1,5	106,88	1,5
пр108/20	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	3,05	0,63	29,5	135,78	0,04	0,3	0,59	138,5	0,59
	Какао с молоком	350	9,52	11,07	70	420,58	0,17	1,34	2,23	247,58	2,23
	Обед										
36/1998	Суп из овощей со сметаной	150	2,9	7,3	10,49	189,07	0,08	6	0,78	61,39	0,78
15/2023	Биточек из свинины	50	7,2	10,4	7,8	152,3	0,07	0	0,9	7	0,9
193/1998	Макаронные изделия (ракушки) отварные с зеленым горошком	110	4,3	3,2	23,8	132,06	1,47	0	0,71	8,53	0,71
пр15/202	Напиток витаминный	150	0,04	0	11,44	46,9	0	2,1	0,5	2,2	0,5
124/2012	Хлеб ржанно-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	0,85	14,05	0,85
		500	18,32	21,9	79,21	647,89	1,67	8,1	3,74	93,17	3,74
	Полдник										
105/2012	Бутерброд с сыром на батоне	10/40	6,52	3,96	28,6	175,8	0,03	0,11	0,6	152,6	0,6
249/1998	Молоко кипяченое	150	4,28	4,78	7,56	90,1	0,02	0,38	0,13	150,64	0,13
		200	10,8	8,74	36,16	265,9	0,05	0,49	0,73	303,24	0,73
	Ужин										
пр10/202	Ежки мясные	50	3,9	5,9	4,9	83,4	0,05	2	0,74	12,63	0,74
пр11/20	Картофель и овощи тушеные в соусе	120	3,4	6,7	28,15	168,55	0	28,8	1,3	14,4	1,3
пр162/20	Чай с лимоном	180	0,05	0	13,73	56,25	0	2,52	0,82	2,63	0,82
122/2012	Хлеб пшеничный	50	5,2	1,15	35,35	172,6	0,07	0	1,06	17,65	1,06
		400	12,55	13,75	82,13	480,8	0,12	33,32	3,92	47,31	3,92
	Ужин дома с 19-00 до 20-00										
	Котлеты мясо-капустные с сыром	50	7,83	9,22	1,77	121,4	0,03	4,32	1,23	17,44	1,23
532	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4	0,4	14	0,4
			8,83	9,42	21,97	213,4	0,05	8,32	1,63	31,44	1,63
	Итого за день		60,02	64,88	289,47	2028,57	2,06	51,57	12,25	722,74	12,25

№ рецепта	7 день (вторник)	Выход	Пищевые вещества			Витамины			Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У	К/ккал	В1	С	Са	Fe	
11/10/2012 83/1998 пр108/20	Завтрак Бутерброд с повидлом на батоне Каша Дружба молочная с маслом сливочным Чай с молоком	10/20		1,2	4,2	20,4	124	0,02	0,1	6,4	0,44
		140		3,2	7,1	15,1	135,75	0,05	0,68	117,5	0,2
		180		1,31	1,13	15,7	78,41	0,02	0,58	58,86	0,83
		350		5,71	12,43	51,2	338,16	0,09	1,36	182,76	1,47
37/1998 пр158/20 205/1998 пр20/202 124/2012	Обед Суп картофельный с бобовыми Тефтели из рыбы Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб ржано-пшеничный	150		1,41	2,3	8,16	59,28	0,1	5,7	72,75	0,69
		50		4,4	1,03	4,6	45,3	0,02	0,19	0,03	0,43
		110		2,3	4,7	10,4	106,5	0,09	3,4	24,24	0,76
		150		0,24	0,15	16,4	67,93	0	0,21	6,34	5,38
		40		3,88	1	25,68	127,56	0,05	0	14,05	0,85
		500		12,23	9,18	65,24	406,57	0,26	9,5	117,41	8,11
270/1998 249/1998	Полдник Булочка Российская Молоко кипяченое	50		3,54	2,42	32,67	166,5	0,03	0,04	7,73	0,29
		150		4,28	4,78	7,56	90,1	0,02	0,38	150,64	0,13
211/1998 329/2012 пр162/20 122/2012	Ужин Пюре из моркови Пудинг творожный запеченный с соусом фруктовым Чай с сахаром Хлеб пшеничный			7,82	7,2	40,23	256,6	0,05	0,42	158,37	0,42
		40		0,5	1,34	2,57	24,6	0,01	1,5	14,2	0,21
		110/40		16,4	10,94	31	268	0	0,38	131	0,62
		180		0	0	13,54	54,1	0	0	4,86	0,78
		30		3,12	0,69	21,21	103,56	0,04	0	10,54	0,64
		400		19,52	11,63	65,75	450,26	0,04	0,38	146,4	2,04
	Ужин дома с 19-00 до 20-00 Блюдо из творога с фруктовым салатом Кисломолочный напиток Фрукты (Плоды свежие)										
		75		4,17	2,4	15,83	104,9	0,02	3,05	51,61	1,51
		100		2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1
		150		0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	1,5	24	3,3
			7,57	5,19	35,57	219,66	0,1	18,75	195,61	4,91	
			52,85	45,63	257,99	1671,25	0,54	30,41	800,55	16,95	
Итого за день											

[illegible]

№ п/п	9 день (четверг)	выход	Пищевые вещества			У	К/кал	Витамины		Минеральные в-ва	
			Б	Ж	У			В1	С	Са	Fe
105/2012	Завтрак	10/20									
пр107/20	Бутерброд с сыром на батоне	140	5,01	3,87	7,42	123,14	0,02		0,11	138,6	0,31
пр108/20	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	5,38	6,74	21,63	170,4	0,13		1,16	117,6	0,93
	Чай с молоком	350	1,31	1,13	15,7	78,41	0,02		0,58	58,86	0,83
			11,7	11,74	44,75	371,95	0,17		1,85	315,06	2,07
	Обед										
пр8/2024	Свекольник со сметаной	150	1,12	3,8	6	62,5	0,03				
133/1998	Котлета рыбная	50	7,4	1,38	4,85	61,38	0,04		8,03	17,87	0,66
203/1998	Картофель отварной с капустой тушеной 90/20	110	2,4	4,86	19,01	126,9	0,09		13,44	25,5	0,4
пр103/20	Компот из изюма	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0,01		0,21	8,76	0,75
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,88	1	25,68	127,56	0,05		0	6,34	5,38
		500	15,04	11,19	71,94	446,27	0,22		22,08	14,05	0,85
	Полдник										
пр5/1998	Пирог разборник	50	4,87	4,48	39,56	162,16	0,05		0,06	14,17	0,82
249/1998	Молоко кипяченое	150	4,28	4,78	7,56	90,1	0,02		0,38	150,64	0,13
		200	9,15	9,26	47,12	252,26	0,07		0,44	164,81	0,95
	Ужин										
пр158/20	Латшеник с творогом	130	10	8,3	21,2	181	0,03		0,4	173,35	0,55
пр190/20	Соус молочный пломбир	40	1,2	2,2	9,2	61,2	0		0	0,1	0,01
пр162/20	Чай с сахаром	180	0	0	13,54	54,1	0		0	4,86	0,78
122/2012	Хлеб пшеничный	50	5,2	1,15	35,35	172,6	0,07		0	17,65	1,06
		400	16,4	11,65	79,29	468,9	0,1		0,4	195,96	2,4
	Ужин дома с 19-00 до 20-00										
	Омлет с зеленью	150	9,86	11,56	5,22	164,36	0,08		1,84	111,4	1,76
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03		0,7	120	0,1
	Фрукт	100	0,4	0,4	10,4	45	0,03		10	16	2,2
			13,06	14,15	19,76	256,62	0,14		12,54	247,4	4,06
	Итого за день		65,35	57,99	262,86	1796	0,7		37,31	995,75	17,52

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 278015872020984066915621024906056358857500955729

Владелец Тимашева Галина Валентиновна

Действителен с 02.10.2025 по 02.10.2026