

СОГЛАСОВАНО

Руководитель дошкольного

образовательного учреждения № 66

21 июля 2026г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор
ООО "Центр социального питания г.Березники"

Ю.М.Ернова

21 июля 2026г.

ПРИМЕРНОЕ ДВУХ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТСКИХ САДОВ

№ реп	1 день (понедельник)	выход			Пищевые вещества			Витамины			Минеральные в-ва	
		Б	Ж	У	Б	Ж	У	В 1	С		Са	Fe
602/2012	Завтрак	1 шт	0,9	5	13,2			102	0,02	0	2,2	0,14
пр107/2017	Вафля	200	6,21	7,08	30,91			214,98	0,08	1,38	132,77	0,44
пр162/2020	Каша манная молочная с маслом сливочным	180	0	0	13,54			54,1	0	0	4,86	0,78
	Чай с сахаром	400	7,11	12,08	57,65			371,08	0,1	1,38	139,83	1,36
	Обед											
168/2012	Суп картофельный с рыбной консервой	200	7,8	4,4	10,22			114,06	0,08	5,83	74,35	1
пр15/2023	Шницель из свинины	70	10,08	14,14	10,92			213,22	0,08	0	13	1,5
681/2010	Каша гречневая вязкая	130	3,9	3,9	18,2			124,8	0,09	0,71	70,88	1,72
пр20/2023	Компот из сухофруктов	180	0,29	0,18	19,68			81,52	0,01	0,25	7,61	6,45
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1			159,45	0,07	0	17,65	1,06
		630	26,92	23,87	91,12			693,05	0,33	6,79	183,49	11,73
	Полдник											
110/2012	Бутерброд с повидлом на батоне	10/40	3,84	1,44	24,7			167,6	0,06	2	7,8	0,7
249/1998	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38			117,31	0,02	0,45	180,77	0,15
		250	9,43	7,82	34,08			284,91	0,08	2,45	188,57	0,85
	Ужин											
пр79/2016	Рулет мясной паровой с яйцом	70	11	9,37	4,7			132,5	0,05	0	14,66	0,92
193/1998	Макаронные изделия отварные	130	4,79	4,59	30,62			182,95	1,5	2,2	15,6	1,1
пр74/2016	Компот из свежих фруктов	200	0,48	0,71	14,1			60,7	0,01	2,34	13,37	0,4
122/2012	Хлеб пшеничный	50	5,2	1,15	35,35			172,6	0,07	0	17,65	1,06
		450	21,47	15,82	84,77			548,75	1,63	4,54	61,28	3,48
	Ужин дома с 19-00 до 20-00											
	Омлет с зеленым горошком и морковью	75	4,93	5,78	2,61			82,18	0,04	0,92	55,7	0,88
	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
			8,33	8,57	22,35			196,94	0,12	16,62	199,7	4,28
	Итого за день		73,26	68,16	289,97			2094,73	2,26	31,78	772,87	21,7

№ п/п	2 день (вторник)	выход	Пищевые вещества			К/кал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У		В 1	С	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	
пр107/2017	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	195	7,17	8,98	28,84	227,19	0,17	1,54	156,78	1,24	
пр108/2017	Какао с молоком	180	3,05	0,63	29,5	135,78	0,04	0,3	138,5	0,59	
		400	15,23	17,77	65,76	486,11	0,23	1,95	433,88	2,14	
Обед											
пр174/2021	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,42	4,11	8,99	81,25	0,04	10,71	23,82	0,88	
пр158/2019	Биточек рыбный	70	10,3	1,93	6,77	85,38	0,03	0,14	20,13	0,35	
205/1998	Картофельное пюре	130	2,77	5,25	20,2	139,1	0,11	4,08	29,09	0,91	
пр103/201	Компот из изюма	180	0,5	0,1	23,4	96,9	0,01	0,25	7,61	6,45	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06	
		630	19,84	12,64	91,46	562,08	0,26	15,18	98,3	9,65	
Полдник											
пр187/2022	Булочка детская	50	4,3	1,5	32	159,2	0,04	0	11,25	0,53	
249/1998	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	117,31	0,02	0,45	180,77	0,15	
		250	9,89	7,88	41,38	276,51	0,06	0,45	192,02	0,68	
Ужин											
211/1998	Пюре из моркови	50	0,79	1,87	5,42	41,57	0,01	1,89	10,98	0,46	
пр15/2023/	Пудинг из творога с рисом "Нежный" с соусом молочным	130/40	19,82	13,54	34,63	313,4	0,01	0,38	131,29	0,063	
пр15/2023	Кисель Вишневка	180	0,02	0	18	70,1	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	
		450	25,04	14,69	87,98	556,1	0,08	0,38	153,8	1,903	
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	5,9	25,77	216,79	0,14	16,44	186,48	4,02	
			85,88	58,88	312,35	2097,59	0,77	34,4	1064,48	18,393	
Итого за день											

№ рец	3 день (среда)	выход	Пищевые вещества			У	К/кал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У			В 1	С	Са	Fe	
105/2012	Завтрак											
	Бутерброд с сыром на багоне	10/20	5,01	3,87	7,42		123,14	0,02	0,11	138,6	0,31	
пр107/2017	Каши ячневая молочная с маслом сливочным	190	5,21	10,47	38,27		271,3	0,06	2,44	97,98	0,7	
пр108/2017	Чай с молоком	180	1,31	1,13	15,7		78,41	0,02	0,58	58,86	0,83	
		400	11,53	15,47	61,39		472,85	0,1	3,13	295,44	1,84	
	Обед											
60/2012	Салат из свеклы отварной	50	0,85	2,5	4,65		45,27	0,01	4,23	21,3	0,81	
пр15/2023	Рассольник ленинградский со сметаной	200	3,6	8,1	23,3		108	0,07	9,48	11,59	0,65	
пр15/2023	Котлета из свинины	70	10,08	14,14	10,92		213,22	0,08	0	13	1,5	
203/1998	Картофель отварной	130	2,72	6,19	23,58		158,13	0,09	13,44	8,76	0,75	
пр161/2000	Компот из шиповника	180	0,68	0	26		63,22	0	54	4,9	4,31	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1		159,45	0,07	0	17,65	1,06	
		680	21,93	29,68	115,9		702,02	0,31	76,92	55,9	8,27	
	Полдник											
603/2012	Пряник	1 шт	1,77	1,41	22,5		109,8	0,02	0	2,2	0,2	
249/1998	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38		117,31	0,02	0,45	180,77	0,15	
		250	7,36	7,79	31,88		227,11	0,04	0,45	182,97	0,35	
	Ужин											
пр158/2019	Тефтели мясные	70	9,98	8,5	6,72		128,9	0,05	2	12,63	0,74	
190/1998	Рис отварной	130	3,27	4,71	34,91		195,15	0,02	0	3,88	0,42	
пр161/2000	Соус томатный	30	0,15	1,05	1,56		16,8	0,01	0,1	17,91	0,04	
пр162/202	Чай с лимоном	180	0,05	0	13,73		56,25	0	2,52	2,63	0,82	
122/2012	Хлеб пшеничный	40	4,16	0,92	28,28		138,1	0,07	0	17,65	1,06	
		450	17,61	15,18	85,2		535,2	0,15	4,62	54,7	3,08	
	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 (Плоды 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			70,35	79,19	317,63		2194,62	0,72	113,24	766,63	18,4	

№ рец	4 день (четверг)	выход	Пищевые вещества			У	К/ккал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У			В1	С	Ca	Fe	
110/2012	Завтрак	10/20		1,2	4,2	20,4	124	0,02	0,1	6,4	0,44	
пр107/2017	Бутерброд с повидлом на батоне	190	6,04	7,27	34,29	227,16		0,19	1,46	144,73	1,21	
пр108/2017	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	3,05	0,63	29,5	135,78		0,04	0,3	138,5	0,59	
	Какао с молоком	400	10,29	12,1	84,19	486,94		0,25	1,86	289,63	2,24	
	Обед											
пр174/202	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,27	3,51	5,19	67,2		0,04	13,42	20,61	0,56	
пр15/2023	Хлебы куриные	70	12,2	10,6	6,8	171,27		0,03	0,5	28	1	
193/1998	Макаронные изделия отварные	130	4,79	4,59	30,62	182,95		1,5	2,2	15,6	1,1	
пр20/2023	Компот из сухофруктов	180	0,29	0,18	19,68	81,52		0,01	0,25	7,61	6,45	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45		0,07	0	17,65	1,06	
		630	23,4	20,13	94,39	662,39		1,65	16,37	89,47	10,17	
	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	200	5,59	6,38	9,38	117,31		0,02	0,45	180,77	0,15	
		250	9,52	9,44	38,86	278,54		0,08	0,45	187,37	0,55	
	Ужин											
пр87/2016	Пудинг творожный с яблоками	150	20,5	9	27,12	271,9		0,05	0,04	121,87	0,5	
пр15/2023	Соус фруктовый	50	0,01	0	5,57	22,26		0,01	2	4,86	0,78	
пр162/2020	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,1		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	
		450	25,71	10,15	83,08	526,86		0,13	2,04	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		77,82	70,14	336,9	2297,93		2,31	52,78	917,01	21,16	

№ рец	5 день (пятница)	выход	Пищевые вещества			У	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		
пр135/201	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	195	5,8	6,2	34,1	214,4	0,06	1,3	155,6	0,3		
пр108/2017	Чай с молоком	180	1,31	1,13	15,7	78,41	0,02	0,58	58,86	0,83		
		400	12,12	15,49	57,22	415,95	0,1	1,99	353,06	1,44		
	Обед											
192/2022	Суп крестьянский со сметаной	200	1,9	6,2	12,3	112,5	0,07	9,48	11,59	0,65		
146/1998	Фрикадельки рыбные	70	10,46	5,41	5,52	80,82	0,04	0	6,88	6,23		
205/1998	Картофельное пюре	130	2,77	5,25	20,2	139,1	0,11	4,08	29,09	0,91		
пр103/201	Компот из изюма	180	0,5	0,1	23,4	96,9	0,01	0,25	7,61	6,45		
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06		
		630	20,48	18,21	93,52	588,77	0,3	13,81	72,82	15,3		
	Полдник											
604/2012	Печенье	1шт	1,87	2,45	18,6	104,25	0,02	0	2,2	0,2		
249/1998	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	117,31	0,02	0,45	180,77	0,15		
126/2012	Фрукты (Плоды свежие)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	24	3,3		
		365	8,06	9,43	43,58	289,06	0,09	15,45	206,97	3,65		
	Ужин											
310/2012	Яйцо варёное	21	2,55	2,3	0,15	31,5	0,02	0	11	0,5		
пр137/201	Рагу овощное	180	3,4	9,6	23,8	200,1	0,06	8	35,17	0,72		
пр162/202	Чай с лимоном	200	0,05	0	14	57	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		
		451	11,2	13,05	73,3	461,2	0,15	10,52	66,45	3,1		
	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			63,18	66,65	275,28	1944,92	0,71	54,89	852,92	25,05		

№ рец	6 день (понедельник)	выход	Пищевые вещества				Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У	К/кал	В 1	С	Ca	Fe	
602/2012	Завтрак	1 шт									
	Вафля		0,9		5	13,2	102	0,02	0	2,2	0,14
пр107/2017	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	7,42	7,26		36,4	243,73	0,14	1,38	142,51	1,99
пр108/2017	Какао с молоком	180	3,05	0,63		29,5	135,78	0,04	0,3	138,5	0,59
		400	11,37	12,89		79,1	481,51	0,2	1,68	283,21	2,72
	Обед										
36/1998	Суп из овощей со сметаной	200	1,54	4,69		10,07	92,19	0,08	6	61,39	0,78
15/2023	Биточек из свинины	70	10,08	14,14		10,92	213,22	0,08	0	13	1,5
193/1998	Макаронные изделия (ракушки) отварные с зеленым горош	130	5,04	3,92		28,5	160,2	1,5	2,2	15,6	1,1
пр15/2023	Напиток витаминный	180	0,05	0		13,73	56,25	0	2,52	2,63	0,82
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	5,2	1,15		35,35	172,6	0,07	0	17,65	1,06
		630	21,91	23,9		98,57	694,46	1,73	10,72	110,27	5,26
	Полдник										
105/2012	Бутерброд с сыром на батоне	10/40	6,52	3,96		28,6	175,8	0,03	0,11	152,6	0,6
249/1998	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38		9,38	117,31	0,02	0,45	180,77	0,15
		250	12,11	10,34		37,98	293,11	0,05	0,56	333,37	0,75
	Ужин										
пр10/2023	Ёжики мясные	70	7,28	10,92		9,14	153,4	0,08	0	13	1,5
пр111/2011	Картофель и овощи тушеные в соусе	130	3,7	7,3		30,5	182,6	0	28,8	14,4	1,3
пр162/202	Чай с лимоном	200	0,05	0		15,25	62,5	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
		450	16,23	19,37		90,24	571,1	0,15	31,32	47,68	4,68
	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	17,44	1,23
532	Сок фруктовый	200	1	0,2		20,2	92	0,02	4	14	0,4
			8,83	9,42		21,97	213,4	0,05	8,32	31,44	1,63
итого за день			70,45	75,92		327,86	2253,58	2,18	52,6	805,97	15,04

№ рец	7 день (вторник)	выход	Пищевые вещества			У	К/ккал	Витамины		Минеральные в-ва	
			Б	Ж	У			В 1	С	Са	Fe
110/2012	Завтрак										
	Бутерброд с повидлом на батоне	10/20	1,2	4,2	20,4	124	0,02	0,1	6,4	0,44	
83/1998	Каша Дружба молочная с маслом сливочным	190	4,2	9,4	20,1	181	0,07	0,91	156,6	0,37	
пр108/2017	Чай с молоком	180	1,31	1,13	15,7	78,41	0,02	0,58	58,86	0,83	
		400	6,71	14,73	56,2	383,41	0,11	1,59	221,86	1,64	
	Обед										
37/1998	Суп картофельный с бобовыми	200	1,87	3,11	10,89	79,03	0,08	9,81	14,43	0,65	
пр158/201	Тефтели из рыбы	70	8,95	5,48	9,16	121,07	0,02	0,19	0,03	0,43	
205/1998	Картофельное пюре	130	2,77	5,25	20,2	139,1	0,11	4,08	29,09	0,91	
пр20/2023	Компот из сухофруктов	180	0,29	0,18	19,68	81,52	0,01	0,25	7,61	6,45	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45	0,07	0	17,65	1,06	
		630	18,73	15,27	92,03	580,17	0,29	14,33	68,81	9,5	
	Полдник										
270/1998	Булочка Российская	50	3,54	2,42	32,67	166,5	0,03	0,04	7,73	0,29	
249/1998	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	117,31	0,02	0,45	180,77	0,15	
		250	9,13	8,8	42,05	283,81	0,05	0,49	188,5	0,44	
	Ужин										
211/1998	Пюре из моркови	50	0,79	1,87	5,42	41,57	0,01	1,89	10,98	0,46	
329/2012//	Пудинг творожный запеченный с соусом фруктовым	120/50	18,01	11,9	37,28	305,91	0	0,38	135,86	1,4	
пр162/2020	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	
		450	24	14,92	91,59	574,18	0,08	2,27	169,35	3,7	
	Ужин дома с 19-00 до 20-00										
	Блюдо из творога с фруктовым салатом	75	4,17	2,4	15,83	104,9	0,02	3,05	51,61	1,51	
	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	
			7,57	5,19	35,57	219,66	0,1	18,75	195,61	4,91	
Итого за день			66,14	58,91	317,44	2041,23	0,63	37,43	844,13	20,19	

[illegible]

№ рец	9 день (четверг)	выход	Пищевые вещества			У	К/ккал	Витамины		Минеральные в-ва		
			Б	Ж	У			В1	С	Ca	Fe	
105/2012	Завтрак											
	Бутерброд с сыром на батоне	10/20	5,01	3,87	7,42	123,14		0,02	0,11	138,6	0,31	
пр107/2011	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	190	7,17	8,98	28,84	227,19		0,17	1,54	156,78	1,24	
пр108/2017	Чай с молоком	180	1,31	1,13	15,7	78,41		0,02	0,58	58,86	0,83	
		410	13,49	13,98	51,96	428,74		0,21	2,23	354,24	2,38	
	Обед											
пр8/2024	Свёкольник со сметаной	200	1,54	5,07	8,04	83,3		0,04	10,71	23,82	0,88	
133/1998	Котлета рыбная	70	10,3	1,93	6,77	85,38		0,03	0,14	20,13	0,35	
203/1998/11	Картофель отварной с капустой тушеной10/20	130	2,72	5,78	22,64	151,23		0,09	13,44	8,76	0,75	
пр103/2011	Компот из изюма	180	0,5	0,1	23,4	96,9		0,01	0,25	7,61	6,45	
124/2012	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,85	1,25	32,1	159,45		0,07	0	17,65	1,06	
		630	19,91	14,13	92,95	576,26		0,24	24,54	77,97	9,49	
	Полдник											
пр57/1998	Пирог разборник	50	4,87	4,48	39,56	162,16		0,05	0,06	14,17	0,82	
249/1998	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	117,31		0,02	0,45	180,77	0,15	
		250	10,46	10,86	48,94	279,47		0,07	0,51	194,94	0,97	
	Ужин											
пр158/2011	Лапшевник с творогом	150	16,11	8,79	21,05	223,32		0,03	0,4	173,35	0,55	
пр190/202	Соус молочный пломбир	50	2	3,7	15,33	103		0,01	0,2	27	0,04	
пр162/2020	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,1		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	
		450	23,31	13,64	86,77	559,02		0,11	0,6	222,86	2,43	
	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		80,23	66,76	300,38	2100,11		0,77	40,42	1097,41	19,33	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 278015872020984066915621024906056358857500955729

Владелец Тимашева Галина Валентиновна

Действителен с 02.10.2025 по 02.10.2026