



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 120 г. Пензы «Аистёнок»

ПРИКАЗ

12.01.2026

№ 05/м-од

Об утверждении 10-ти дневного меню МБДОУ 120 г. Пензы

В связи с повышением родительской платы

руководителю учреждения
л. 05-од от 12.01.2026

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Внести изменения и утвердить обновленное 10-ти дневное меню с 19.01.2026 г. (прилагается):
2. Башкиной О. В., заместителю заведующего, разместить данную информацию на официальном сайте учреждения в срок до 23.01.2026 г.
3. На Мишину Ю. В., Морозову Ю. П., Ефанкину Е. В., заместителей заведующего, возложить контроль за организацией питания детей.
4. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий

Заместители заведующего



С. В. Сорокина

Ю.В. Мишина
Ю.П. Морозова
Е.В. Ефанкина

СВ

О.В. Башкина

														СРЕДА		
	1-3		выход		ккал		белки		жиры		углеводы		цена		№ рец	
	наименование блюда		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
Завтрак																
	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180	212,7	283,6	5,85	7,80	7,09	9,46	26,85	35,80	11,63	13,88	273-п		
	Хлеб пшеничный	35	35	82,25	82,25	2,66	2,66	0,28	0,28	17,22	17,22	10,21	11,76	1102,00		
	Масло сливочное	8	10	52,88	66,10	0,06	0,08	5,80	7,25	0,10	0,13	1066,00				
	Чай с молоком и сахаром	160	180	47,322	52,58	0,198	0,22	3,654	4,06	11,97	13,3	7,41	8,30	920		
		353	405	395,152	484,53	8,768	10,76	16,824	21,05	56,14	66,45	29,25	33,94			
2																
завтрак																
	фрукт (яблоко или банан)	100	100,00	111,04	111,04	0,75	0,75	0,56	0,56	19,46	19,46	8,11	8,11	118-п		
		100	100	111,04	111,04	0,75	0,75	0,56	0,56	19,46	19,46	8,11	8,11			
Обед																
	Щи из свежей капусты с картофелем	170	200	56,44	73,04	1,19	1,54	3,383	4,378	5,287	6,842	15,60	16,22	147-п		
	Сметана	5	5	11,34	11,34	0,18	0,18	1,05	1,05	0,25	0,25					
	Бефстроганов из отварной говядины в сметанном соусе	65	65	112,44	112,44	12,16	12,16	6,89	6,89	0,50	0,50	40,5	40,5	372-П		
	Макаронные изделия	110	130	96,6	115,92	3,77	4,52	0,45	0,54	19,36	23,23	3,80	4,09	297-п		
	Хлеб ржаной	40	50	90,8	113,5	2,32	2,9	0,36	0,45	19,52	24,4	3,32	4,15			
	Компот из сухофруктов	150	180	117	124	0,53	0,57					31,2	33	1,33	1,54	527-п
		540	630	484,62	550,24	20,15	21,874	12,133	13,308	76,1191	88,224	64,55	66,50			
Полдник																
	Запеканка из творога	80	100	261,1	391,6	16,48	24,78	12,87	19,32	19,37	29,09	36,65	45,44			
	Кисель из концентрата плодового или ягод	150	180	109,8	122	1,26	1,4					26,1	29	2,33	2,62	516-п
													0,05	0,09		
		230,00	280,00	370,90	513,60	17,74	26,18	12,87	19,32	45,47	58,09	39,03	48,15			
		1223,00	1415,00	1361,71	1659,41	47,41	59,56	42,39	54,24	197,19	232,22	140,94	156,70			
															СРЕДА	
	2-3		выход		ккал		белки		жиры		углеводы		цена		№ рец	
	наименование блюда		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
Завтрак																
	Каша манная молочная жидкая	150,00	180,00	161,55	215,40	4,65	6,20	5,59	7,46	23,14	30,86	11,26	13,63	268-п		
	Хлеб пшеничный	35	35	82,25	82,25	2,66	2,66	0,28	0,28	17,22	17,22	10,21	11,76	3		
	Масло сливочное	8	10	52,88	66,10	0,06	0,08	5,80	7,25	0,10	0,13					
	Чай с молоком и сахаром	160	180	47,322	52,58	0,198	0,22	3,654	4,06	11,97	13,3	7,41	8,30	920		
		353,00	405,00	344,00	416,33	7,57	9,16	15,32	19,05	52,43	61,51	28,88	33,69	923		
2																
завтрак																
	фрукт (яблоко или банан)	100	100,00	111,04	111,04	0,75	0,75	0,56	0,56	19,46	19,46	8,11	8,11	118-п		
		100	100	111,04	111,04	0,75	0,75	0,56	0,56	19,46	19,46	8,11	8,11			
Обед																
	Суп картофельный	170	200	99,6	134,9	4,52	5,93	4,64	5,18	9,00	12,73	14,50	14,98	151-п		
	Тефтели мясные в соусе	100	120	145,336	181,67	9,944	12,43	8,2	10,25	7,82	9,78	43,63	44,50	286-м		
	Макаронные изделия	110	130	96,6	115,92	3,77	4,52	0,45	0,54	19,36	23,23	3,80	4,87	297-п		
	Хлеб ржаной	40	50	90,8	113,5	2,32	2,9	0,36	0,45	19,52	24,4	3,32	4,15			
	Компот из сухофруктов	150	180	117	124	0,53	0,57					31,2	33	1,17	1,46	527-п
	соль												0,05	0,09		
		570	680	549,336	669,99	21,084	26,354	13,65	16,42	86,9	103,142	66,47	70,05			
Полдник																
	Винегрет овощной	45	60	58,5	78	0,585	0,78	4,86	6,48	3,06	4,08	4,50	5,48	82-п		
	Омлет натуральный	60	60	126,997	126,997	5,73	5,73	11,04	11,04	1,10	1,10	15,69	15,69	215-м		
	Хлеб пшеничный	35	40	82,25	94,00	2,66	3,04	0,28	0,32	17,22	19,68	4,00	4,58			
	Отвар из шиповника	150	180											2,46	2,95	136-к
		290	340	267,747	298,997	8,978	9,553	16,177	17,837	21,3785	24,8585	26,65	28,7			
		1313,00	1525,00	1272,13	1496,36	38,38	45,82	45,71	53,87	180,17	208,97	130,11	140,55	923,00		
1 нед	0,00	1223,00	1415,00	1361,71	1659,41	47,41	59,56	42,39	54,24	197,19	232,22	140,94	156,70	0,00		
2 нед	0	1313,00	1525,00	1272,13	1496,36	38,38	45,82	45,71	53,87	180,17	208,97	130,11	140,55			
итого 2 нед	0,00	2536,00	2940,00	2633,84	3155,77	85,79	105,38	88,10	108,11	377,36	441,19	271,05	297,25	0,00		
итого 10 нед	0,00	7908,00	9103,00	8412,68	9765,42	271,10	361,27	287,49	342,15	1194,84	1360,60	819,58	901,11	0,00		
средняя																

		ПЯТНИЦА												
1-5	наименование блюда	выход		ккал		белки		жиры		углеводы		цена		
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150	180	172,05	229,4	4,16	5,54	6,47	8,62	24,30	32,40	11,75	13,74	274-п
	Хлеб пшеничный	35	35	82,25	82,25	2,66	2,66	0,28	0,28	17,22	17,22	9,55	9,72	
	Сыр твердый Голландский	5	5	28,00	28,00	2,10	2,10	2,13	2,13					3
	Масло сливочное	8	10	52,88	66,10	0,06	0,08	5,80	7,25	0,10	0,13			
	Чай с молоком и сахаром	160	180	130,22	149,63	4,13	4,55	4,39	4,78	18,24	21,75	7,49	8,42	920
		358	410	465,4	555,38	13,11	14,93	19,07	23,06	59,86	71,5	28,79	31,88	
2 завтрак	Сок	120	120	41,6	41,6	0,6	0,6	0,12	0,12	9,68	9,68	7,36	7,36	
	Рассольник "Ленинградский"	170	200	98,69	127,6	2,79	3,61	4,08	6,30	14,25	18,41	18,4	20,04	139-п
	Сметана	5	5	11,34	11,34	0,18	0,18	1,05	1,05	0,25	0,25			
	Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом	160/20	180/20	200	237,5	13,6	16,15	13,28	15,77	6,4	7,6	46,41	48,18	377-п
	Хлеб ржаной	40	50	90,8	113,5	2,32	2,9	0,36	0,45	19,52	24,4	3,32	4,15	
	Компот из сухофруктов	150	180	117	124	0,53	0,57			31,2	33	1,25	1,5	527-п
Полдник	Плошка	365,00	435,00	517,83	613,94	19,42	23,41	18,77	23,57	71,62	83,66	69,38	73,87	
	Ряженка, 2,5%	80	80	97	97	2,11	2,11	0,29	0,29	2,4	2,4	7,97	8,82	474-М
	Фрукт (яблоко или банан)	120	150	89,76	112,2	4,81	6,02	4,2	5,25	6,96	8,7	12,6	15,75	10,94
	соль	100	100,00	111,04	111,04	0,75	0,75	0,56	0,56	19,46	19,46	12,09	12,09	118-п
		300,00	330,00	297,80	320,24	7,67	8,88	5,05	6,10	28,82	30,56	32,71	36,75	
		1143,00	1295,00	1322,63	1531,16	40,80	47,82	43,01	52,85	169,98	195,40	138,24	149,86	

