



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

ПРИКАЗ

31.03.2025

№ 36-од

В связи с переходом на весенне-летнее меню

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Внести изменения и утвердить обновленное 10-ти дневное меню с 01.04.2025 г. (прилагается).
2. Башкиной О. В., заместителю заведующей, разместить данную информацию на официальном сайте учреждения в срок до 11.04.2025 г.
3. Юрасовой С. Ф., воспитателю логопедической группы, оформить наглядную документацию для родителей.
4. На Мишину Ю. В., Морозову Ю. П., Ефанкину Е. В., заместителей заведующей по руководству структурными подразделениями (филиалами), возложить контроль за организацией питания детей.
5. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Заведующая



С. В. Сорокина

С приказом ознакомлены:

Заместители заведующего

О.В. Башкина  
Ю.П. Морозова  
Е.В. Ефанкина

Работник

Ю.В. Мишина  
С.Ф. Юрасова

Утверждаю *Сорокина*  
 Заведующая  
 С. В. Сорокина

1-1	наименование блюда		выход		ккал		белки		жиры		углеводы		цена		№ рецеп
	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	
Завтрак	Каша гречневая молочная с маслом сливочным		150	180	175,1	226,6	6,12	7,92	5,61	7,26	28,56	36,96	10,99	14,47	2/4
	Хлеб пшеничный		35	40	82,25	94,00	2,66	3,04	0,28	0,32	17,22	19,68	11,42	13,91	
	Масло сливочное		8	10	52,88	66,10	0,06	0,08	5,80	7,25	0,10	0,13			
	Какао с молоком		160	180	106,79	118,66	3,78	4,20	3,26	3,62	15,55	17,28	6,26	7,34	397-м
2 завтрак			353	410	417,02	505,36	12,62	15,24	14,948	18,45	61,43	74,05	28,67	35,72	
	Сок		80	80	41,6	41,6	0,6	0,6	0,12	0,12	9,68	9,68	4,10	4,10	
			80	80	41,6	41,6	0,6	0,6	0,12	0,12	9,68	9,68	4,1	4,1	
Обед	Суп-лапша домашняя (куры)		170	200	75,48	97,68	1,73	2,24	3,79	4,91	9,45	12,23	2,25	2,80	162-П
	Куры отварные		50	70	145,71	194,29	14,14	18,86	9,77	13,03	0,34	0,46	20,23	24,10	409-П
	Капуста тушеная		120	150	90,12	112,65	2,48	3,1	3,88	4,86	11,31	14,14	11,03	13,43	336-М
	Компот из сухофруктов (курага)		150	180	20,75	66,06	0,36	0,57	0,02	0,03	4,7	15,83	1,99	2,28	527-Л
	Хлеб ржаной		40	50	90,8	113,5	2,32	2,9	0,36	0,45	19,52	24,4	2,86	3,58	
	Соль												0,05	0,09	
Полдник	Рисовая запеканка с творогом		530,00	650,00	422,86	584,18	21,03	27,67	17,82	23,28	45,32	67,06	38,41	46,28	
			105	150	216,33	324,945	14,15	21,225	10,42	15,637	16,43	24,645	17,06	19,74	
	Снежок		100	110	82,08	90,29	5,70	6,27	2,08	2,29	8,17	8,99	8,9	9,79	21-К
			205,00	260,00	298,41	415,24	19,85	27,50	12,50	17,93	24,60	33,64	25,96	29,53	
			1168,00	1400,00	1179,89	1546,38	54,10	71,01	45,39	59,77	141,03	184,43	97,14	115,63	

	ВТОРНИК														№ рец
	1-2		выход		ккал		белки		жиры		углеводы		цена		
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>															
наименование блюда															
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	155,00	180,00	171,30	228,40	5,37	7,16	9,40	21,60	28,80	10,84	12,57	272-П			
Хлеб пшеничный	35	40	82,25	94,00	2,66	3,04	0,32	17,22	19,68	11,92	13,91				
Масло сливочное	8	10	52,88	66,10	0,06	0,08	7,25	0,10	0,13						
Кофейный напиток с молоком	160	180	106,79	118,66	3,78	4,20	3,62	15,55	17,28	6,33	7,34	397-М			
<b>Итого</b>	358,00	410,00	413,22	507,16	11,87	14,48	20,59	54,47	65,89	29,09	33,82				
<b>2 завтрак</b>															
фрукт (яблоко или банан)	50	50,00	111,04	111,04	0,75	0,75	0,56	19,46	19,46	6,04	6,04	118-П			
<b>Итого</b>	50	50	111,04	111,04	0,75	0,75	0,56	19,46	19,46	6,04	6,04				
<b>Обед</b>															
Суп крестьянский с крупой на к-б со сметаной	170,00	200,00	89,5	121,7	3,64	5,41	4,01	9,12	11,49	16,77	18,02	149-П			
Котлета мясная	80	80	228,8	228,8	14,24	14,24	14	11,44	11,44	37,36	37,36	386-П			
Картофельное пюре	110	130	149,5	172,5	3,41	3,94	8,25	17,71	20,44	16,03	19,71	434-П			
Хлеб ржаной	40	50	90,8	113,5	2,32	2,9	0,36	19,52	24,4	2,86	3,58				
Отвар из шиповника	150	180								1,98	2,26	136-К			
соль										0,05	0,09				
<b>Итого</b>	550,00	640,00	558,60	636,50	23,61	26,49	25,52	57,79	67,77	75,05	81,02				
<b>Полдник</b>															
Огурец свежий	18	18	40,04	60,06	0,21	0,21	0,03	0,03	0,03	4,94	4,94				
Рыба под омлетом	80	90	117,60	147,00	12,72	15,90	6,24	2,56	3,20	21,37	22,58	343-П			
Хлеб пшеничный	35	40	82,25	94,00	2,66	3,04	0,32	17,22	19,68	3,48	3,97				
Чай с лимоном	150	180	47,322	52,58	0,198	0,22	3,654	11,97	13,3	1,05	1,14	137-К			
<b>Итого</b>	283,00	328,00	287,21	353,64	15,79	19,37	10,20	31,75	36,18	30,84	32,63				
<b>Итого за день</b>	1241,00	1428,00	1370,07	1608,34	52,02	61,09	52,67	163,47	189,30	141,02	153,51				





		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	10,47	12,34	274-п
	Хлеб пшеничный	35	40	82,25	94,00	2,66	3,04	0,28	0,32	17,22	19,68	8,37	9,04	
	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 сахаром	160	180	130,22	149,63	4,13	4,55	4,39	4,78	18,24	21,75	0,85	0,94	920
		358	415	465,4	567,13	13,11	15,31	19,07	23,1	59,86	73,96	19,69	22,32	
2 завтрак	Сок	80	80	41,6	41,6	0,6	0,6	0,12	0,12	9,68	9,68	4,10	4,10	
	Рассольник "Ленинградский"	80	80	41,6	41,6	0,6	0,6	0,12	0,12	9,68	9,68	4,10	4,10	
		170	200	98,69	127,6	2,79	3,61	4,08	6,30	14,25	18,41	20,66	23,45	139-п
	Сметана	4	4	11,34	11,34	0,18	0,18	1,05	1,05	0,25	0,25			
	Запеканка капустная с говядиной	120	130	227	254	15,54	17,4	12,81	14,35	12,22	13,69	49,27	51,41	295-м
	Хлеб ржаной	40	50	90,8	113,5	2,32	2,9	0,36	0,45	19,52	24,4	2,86	3,58	
	Компот из сухофруктов	150	180	117	124	0,53	0,57			31,2	33	1,46	1,7	527-п
Полдник	Плошка	484,00	564,00	544,83	630,44	21,36	24,66	18,30	22,15	77,44	89,75	74,25	80,14	
		80	80	97	97	2,11	2,11	0,29	0,29	2,4	2,4	8,65	9,72	474-м
	Ряженка, 2,5%	80	120	89,76	112,2	4,81	6,02	4,2	5,25	6,96	8,7	7,12	10,68	10,94
	Фрукт (яблоко или банан)	50	50,00	111,04	111,04	0,75	0,75	0,56	0,56	19,46	19,46	8,15	8,15	118-п
	соль											0,05	0,09	
		210,00	250,00	297,80	320,24	7,67	8,88	5,05	6,10	28,82	30,56	23,97	28,64	
		1132,00	1309,00	1349,63	1559,41	42,74	49,45	42,54	51,47	175,80	203,95	122,01	135,20	

1-1 наименование блюда	выход		ккал		белки		жиры		углеводы		цена		№ рец
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
2-1 наименование блюда	выход		ккал		белки		жиры		углеводы		цена		№ рец
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>													
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	155,00	180,00	228,40		5,37	7,16	7,05	9,40	21,60	28,80	11,49	14,20	272-П
Хлеб пшеничный	35	40	94,00		2,66	3,04	0,28	0,32	17,22	19,68	11,42	13,91	3
Масло сливочное	8	10	52,88		0,06	0,08	5,80	7,25	0,10	0,13			
Кофейный напиток с молоком	160	180	59,33		1,89	2,10	1,63	1,81	7,78	8,64	6,33	7,27	397-М
	358	410	447,83		9,98	12,38	14,76	18,78	46,7	57,25	29,24	35,38	
<b>2 завтрак</b>													
Сок	80	80	41,6		0,6	0,6	0,12	0,12	9,68	9,68	4,10	4,10	
	80	80	41,6		0,6	0,6	0,12	0,12	9,68	9,68	4,1	4,1	
<b>Обед</b>													
Суп картофельный с макаронными изделиями	170	220	97,90		1,84	2,38	1,94	2,51	12,80	16,57	7,17	8,88	152-п
Рисовая запеканка с мясом курицы и томатным соусом	180	200	649,53		38,07	44,98	37,67	44,42	21,41	17,36	26,94	30,80	468,04
Хлеб ржаной	40	50	113,5		2,32	2,9	0,36	0,45	19,52	24,4	2,86	3,58	
Компот из сухофруктов (курага)	150	180	66,06		0,36	0,57	0,02	0,03	4,7	15,83	2,07	2,42	527-п
<b>Полдник</b>													
Королеская ватрушка из творога	540	650	926,99		42,586	50,826	39,988	47,408	58,431	74,156	39,04	45,68	
	110	125	274		12,59	15,73	11,63	14,53	16,05	20,07	34,37	43,51	326-П
Снежок	90	125	123,12		6,84	8,55	2,50	3,12	9,80	14,25	8,01	11,13	21-К
соль											0,05	0,09	
	200	250	397,12		19,43	24,28	14,13	17,65	25,85	34,32	42,43	54,73	
	1178	1390	1483,84		72,60	88,09	69,00	83,96	140,66	175,41	114,81	139,89	

1-2	выход		белки		жиры		углеводы		цена		№ рец		
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
ВТОРНИК													
2-2	выход		белки		жиры		углеводы		цена		№ рец		
наименование блюда	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180	212,7	283,6	7,80	7,09	9,46	26,85	35,80	12,53	14,29	273-п
	Хлеб пшеничный	35	40	82,25	94,00	3,04	0,28	0,32	17,22	19,68	11,42	13,91	3,00
	Масло сливочное	8	10	52,88	66,10	0,08	5,80	7,25	0,10	0,13			
2 завтрак	Какао с молоком	160	180	130,22	149,63	4,13	4,39	4,78	18,24	21,75	6,19	7,30	920
		353,00	410,00	478,05	593,33	12,70	17,56	21,81	62,41	77,36	30,14	35,50	
	Сок	80	80	41,6	41,6	0,6	0,12	0,12	9,68	9,68	4,10	4,10	118-п
Обед		80,00	80,00	41,60	41,60	0,60	0,12	0,12	9,68	9,68	4,10	4,10	
	Борщ с капустой и картофелем	170	200	64,6	83,6	1,24	3,40	4,40	7,24	9,37	18,83	19,79	133-п
	Сметана	4	4	11,34	14,58	0,18	1,05	1,35	0,25	0,32			
Полдник	Жаркое по-домашнему	170	185	292,86	390,49	23,64	17,92	21,09	12,83	15,09	50,18	52,66	374-п
	Хлеб ржаной	40	50	90,8	113,5	2,32	0,36	0,45	19,52	24,4	2,86	3,58	
	Компот из сухофруктов	150	180	117	124	0,53			31,2	33	1,39	1,63	527-п
Ужин	Соль										0,05	0,09	
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	534,00	619,00	576,60	726,17	24,36	22,73	27,29	71,04	82,18	73,31	77,75	
	Чай с лимоном	60	90	70,88	81,00	6,70	3,47	3,97	30,32	34,65	14,56	18,95	58-К
Итого	Хлеб пшеничный	150	180	47,322	52,58	0,198	3,654	4,06	11,97	13,3	1,19	1,29	137-к
		35	40	82,25	94,00	2,66	0,28	0,32	17,22	19,68	3,48	3,97	
Итого		245,00	310,00	200,45	227,58	9,56	7,40	8,35	59,51	67,63	19,23	24,21	
		1212,00	1419,00	1296,70	1588,68	47,22	47,81	57,57	202,64	236,85	126,78	141,56	

1-3	выход		ккал		белки		жиры		углеводы		цена		№ рец
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
СРЕДА													
2-3	выход		ккал		белки		жиры		углеводы		цена		№ рец
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак</b>													
	150,00	180,00	161,55	215,40	4,65	6,20	5,59	7,46	23,14	30,86	10,73	12,45	268-п
	35	40	82,25	94,00	2,66	3,04	0,28	0,32	17,22	19,68	11,42	13,91	3
	8	10	52,88	66,10	0,06	0,08	5,80	7,25	0,10	0,13			
	160	180	47,322	52,58	0,198	0,22	3,654	4,06	11,97	13,3	0,78	0,83	920
	353,00	410,00	344,00	428,08	7,57	9,54	15,32	19,09	52,43	63,97	22,93	27,19	923
<b>2 завтрак</b>													
	80	80	41,6	41,6	0,6	0,6	0,12	0,12	9,68	9,68	4,10	4,10	
	80	80	41,6	41,6	0,6	0,6	0,12	0,12	9,68	9,68	4,10	4,1	
	170	200	99,6	134,9	4,52	5,93	4,64	5,18	9,00	12,73	18,21	19,24	151-п
	100	120	145,336	181,67	9,944	12,43	8,2	10,25	7,82	9,78	41,32	42,43	286-м
	110	130	96,6	115,92	3,77	4,52	0,45	0,54	19,36	23,23	4,69	6,03	297-п
	40	50	90,8	113,5	2,32	2,9	0,36	0,45	19,52	24,4	2,86	3,58	
	150	180	117	124	0,53	0,57			31,2	33	1,39	1,66	527-п
<b>Полдник</b>													
	570	680	549,336	669,99	21,084	26,354	13,65	16,42	86,9	103,142	68,52	73,03	82-п
	18	18	40,04	60,06	0,21	0,21	0,03	0,03			4,94	4,94	
	60	60	126,997	126,997	5,73	5,73	11,04	11,04	1,10	1,10	13,59	13,59	215-м
	35	40	82,25	94,00	2,66	3,04	0,28	0,32	17,22	19,68	3,48	3,97	
	150	180									2,05	2,34	136-к
	263	298	249,287	281,057	8,603	8,983	11,347	11,387	18,3185	20,7785	24,06	24,84	
	1266,00	1468,00	1184,23	1420,73	37,86	45,48	40,44	47,02	167,33	197,57	119,61	129,16	923,00

1-4	выход		ккал		белки		жиры		углеводы		цена		№ рец
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
наименование блюда													
ЧЕТВЕРТ													
2-4	выход		ккал		белки		жиры		углеводы		цена		№ рец
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
наименование блюда													
Завтрак	150	180	169,65	226,2	3,94	5,25	8,74	11,66	6,10	8,31	9,95	11,93	266-п
	35	40	82,25	94,00	2,66	3,04	0,28	0,32	17,22	19,68	11,42	13,91	
	8	10	52,88	66,10	0,06	0,08	5,80	7,25	0,10	0,13			3
	160	180	130,22	149,63	4,13	4,55	4,39	4,78	18,24	21,75	0,53	0,53	920
	353	410	435	535,93	10,79	12,92	19,21	24,01	41,66	49,87	21,9	26,37	
2 завтрак	50	50,00	111,04	111,04	0,75	0,75	0,56	0,56	19,46	19,46	8,15	8,15	118-п
	50	50	111,04	111,04	0,75	0,75	0,56	0,56	19,46	19,46	8,15	8,15	
	170	200	65,96	85,36	1,48	1,91	3,03	3,92	8,18	10,58	18,50	20,03	136,00
4	4	11,34	14,58	0,18	0,23	1,05	1,35	0,25	0,32				
80	90	228,8	257,4	14,24	16,02	14	15,75	11,44	12,87	37,34	37,34	386-п	
130	150	149,5	172,5	3,41	3,94	7,15	8,25	17,71	20,44	17,02	20,21	434-п	
40	50	90,8	113,5	2,32	2,9	0,36	0,45	19,52	24,4	2,86	3,58		
150	180	117	124	0,53	0,57			31,2	33	1,39	1,66	527-п	
574	674	663,40	767,34	22,16	25,57	25,59	29,72	88,30	101,61	77,16	82,91		
18	18	40,04	60,06	0,21	0,21	0,03	0,03			4,94	4,94		
65	75	82,6	94,4	11,2	12,8	3,36	3,84	1,82	2,08	22,28	25,47	341-п	
35	40	82,25	94,00	2,66	3,04	0,28	0,32	17,22	19,68	3,48	3,97		
150	180	47,322	52,58	0,198	0,22	3,654	4,06	11,97	13,3	1,01	1,14	393-м	
268	313	252,21	301,04	14,27	16,27	7,32	8,25	31,01	35,06	31,71	35,52		
1245,00	1447,00	1461,65	1715,35	47,97	55,51	52,68	62,54	180,43	206,00	138,92	152,95		

