

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «СОЛНЫШКО» СЕЛА ШТОРМОВОЕ
САКСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
(МБДОУ «Солнышко» с. Штормовое)**

296550, Республика Крым, Сакский район, с. Штормовое, ул. Ленина, д.18
ОГРН 1159102008999, ОКПО 00794879, ИНН/КПП 9107005417/910701001
Тел.: +73656392323, e-mail sadik_solnischko-schtormovoe@crimeaedu.ru

ПРИКАЗ

07 июля 2025 г.

№ 100 - ОД

с. Штормовое

Об утверждении перспективного
летне-осеннего десятидневного
меню

С целью выполнения СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», организации сбалансированного рационального питания детей ДОУ, строгого выполнения и соблюдения технологии приготовления блюд,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить примерное 10-ти дневное меню для детей в возрасте от 3 лет до 7 лет с 07.07.2025 (приложение).

2. Членам бракеражной комиссии:

2.1. Усилить контроль за организацией питания детей, соблюдения санитарных норм и правил по организации питания детей.

3. Заведующему хозяйством, Мельник Яне Владимировне:

3.1. Своевременно оформлять договоры с поставщиками.

3.2. Усилить контроль за доставкой продуктов, точностью веса, количеством, качеством и ассортиментом получаемых продуктов, строго в соответствии с примерным 10- дневным меню.

3.3. Принимать продукты при наличии сертификата качества на поступающий товар.

4. Повару Кукушкиной Елене Викторовне, кухонному работнику Корбут Анне Сергеевне:

4.1. Работать строго в соответствии с технологическими картами и по меню - требованию на каждый день.

5. Медицинской сестре, Липовка Наталии Анатольевне, осуществлять ежедневный контроль за организацией и качеством питания в учреждении, санитарного состояния пищеблока и раздаточных.

6. Контроль за выполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий МБДОУ «Солнышко»
с. Штормовое

И.Г. Канарская

С приказом ознакомлены:

№ п/п	Ф.И.О.	Дата ознакомления с приказом	Подпись
1.	Корбут А.С.		
2.	Кукушкина Е.В.		
3.	Липовка Н.А.		
4.	Мельник Я.В.		

Приложение
УТВЕРЖДЕНО
Приказом МБДОУ «Солнышко»
с. Штормовое
07.07.2025 № 100-ОД

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СОЛНЫШКО» СЕЛА
ШТОРМОВОЕ САКСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
(МБДОУ «Солнышко» с. Штормовое)**

*296550, Республика Крым, Сакский район, с. Штормовое, ул. Ленина, д.18
ОГРН 1159102008999, ОКПО 00794879, ИНН/КПП 9107005417/910701001
Тел.: +73656392323, e-mail sadik_solnischko-schtormovoe@crimeaedu.ru*

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МБДОУ «Солнышко»
с. Штормовое

И.Г. Канарская
Приказ № 100-од от 07 июля 2025 г.

Примерное десятидневное летне-осеннее меню для воспитанников от 3 до 7 лет

День: понедельник

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет

День 1

	Меню	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Ккал	Витамин С	№ рецептуры
			Б, б(ж)	Ж, жир	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой (пшено)	180-200	5,8	5,48	18,57	146,8	0,91	101
	Хлеб с маслом (сыром)	25/5 (15)	4,98	4,53	10	101,4	-	7
	Какао с молоком	180-200	4,03	3,5	17,4	117,7	1,57	416
	Итого завтрак:		14,8	13,51	45,97	365,9	2,48	
2 завтрак	Сок фруктовый	180-200	0,9	0	18,18	76	3,60	418
	Итого 2 завтрак:		0,9	0	18,18	76	3,60	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	50-60	0,59	3,69	2,24	44,52	10,06	15
	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)/ сметана	180-200/4-5	2,19	4,76	10,94	95,4	14,22	65
	Печень тушеная в соусе	80-110	8,37	7,63	6,83	133,78	7,01	411/372
	Макароны отварные (масло)	130-150 (5)	5,68	4,36	27,25	171	-	218
	Хлеб ржаной/ пшеничный	38/25	4,01	0,48	25,28	119,6	-	-
	Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	0,36	394
	Итого обед:		20,75	20,23	71,8	555,78	24,53	
Полдник	Запеканка из творога/ сметана, сгущ. молоко	80-100/10(10)	21,3	14,52	22	304	0,2	251
	Чай с молоком	180-200	2,67	2,34	11,31	89	1,20	413
	Итого полдник:		23,97	16,86	33,31	393	1,4	
Итого за день			60,42	50,60	169,26	1 390,68	32,01	

* Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под ред. Первалова А.Я, Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012г.

День: вторник

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет

День 2

Время	Меню	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Ккал	Витамин С	№ рецептуры
			Б, б(ж)	Ж, жир	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой (овсяной)	180-200	5,92	5,93	17,93	148,8	0,91	101
	Чай с молоком	180-200	2,67	2,34	11,31	89	1,20	413
	Хлеб с маслом	25/5(10)	1,58	7,35	10,13	113,4	-	6
	Итого завтрак:		11,92	19,62	56,62	461,2	2,11	
2 завтрак	Плоды свежие (абрикосы, персики, груши, виноград, яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44	10	386
	Итого 2 завтрак:		0,4	0,4	9,8	44	10	-
Обед								
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180-200	4,39	4,22	13,06	107,8	4,65	87
	Гренки	25/20	3,11	0,39	19,02	92,05	-	123
	Каша вязкая (гречневая)(масло)	130-150(5)	4,67	4,86	20,94	146	-	182
	Котлеты рубленые/соус сметанный	70-80/30	12,86	10,74	14,32	205,23	0,13	299/372
	Кисель из кураги	180-200	0,89	0,06	28,58	118,4	0,49	398
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,38	15,28	72,2	-	-
	Итого обед:		28,43	20,65	111,20	741,68	5,27	
Полдник	Сдоба обыкновенная	70	5,43	3,3	36,61	197,4	-	449
	Молоко кипяченое	180-200	6,09	5,42	10,08	113,3	2,73	419
	Итого полдник:		11,52	8,72	46,69	310,70	2,73	
Итого за день			52,27	49,39	224,31	1 557,58	20,11	

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет

День 3

Время	Меню	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Ккал	Витамин С	№ рецептуры
			Б, б(ж)	Ж, жир	У			
Завтрак	Суп молочный манный	180-200	5,49	5,05	16,10	131,8	0,98	99
	Хлеб с маслом	25/5	1,9	3,73	10,07	80,4	-	6
	Чай с молоком	180-200	2,67	2,34	11,31	89	1,20	413
	Итого завтрак:		10,06	11,12	37,48	301,2	2,18	
2 Завтрак	Плоды свежие (абрикосы, персики, груши, виноград, яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44	10	386
	Итого 2 завтрак:		0,68	0,28	20,74	87,78	100	
Обед	Салат из свежих огурцов	50-60	0,46	3,65	1,43	40,38	5,7	13
	Суп картофельный с макаронными изделиями	180-200	2,15	2,27	13,71	83,8	6,6	88
	Плов из птицы	180-210	22,26	7,73	35,69	301	1,01	321
	Компот из свежих плодов (яблок)	180-200	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	390
	Хлеб ржаной/пшеничный	38/25	4,01	0,48	25,28	119,6	-	-
	Итого обед:		29,02	14,27	97,60	632,62	14,86	
Полдник	Сырники из творога/молоко сгущ., сметана	80-100/(10/10)	18,69	12,67	11,4	234	0,25	245
	Чай с лимоном	180-200	0,13	0,022	11,22	45,1	3,1	412
	Итого полдник:		18,82	12,6	22,62	279,1	3,35	
Итого за день			58,58	38,27	178,44	1 300,70	120,39	

День: четверг

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет

День 4

	Меню	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Ккал	Витамин С	№ рецептуры
			Б, б(ж)	Ж, жир	У			
Завтрак	Омлет натуральный	80	7,52	13,46	1,51	157	0,15	229
	Салат из моркови	50--60	0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	42
	Хлеб с маслом/ печенье	25/5(10)/20-50	1,9/3,5	3,73/8	10,07/34,5	80,4/220	-	6
	Кофейный напиток с молоком	180-200	3,17	2,68	15,96	101	1,3	414
	Итого завтрак:		16,57	27,15	73,75	600,98	3,03	
2 –ой Завтрак	Плоды свежие (абрикосы, персики, груши, виноград, яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44	10	386
	Итого 2 завтрак:		0,4	0,4	9,8	44	10,0	
	Салат из белокочанной капусты	50-60	0,8	3,05	5,2	51,7	21	21
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180-200	19,3	2,4	1,7	53,4	4,2	121
	Рыба припущенная	70-80	6,12	0,81	2,54	42	0,77	258
	Пюре картофельное	130-150	3,06	4,8	20,44	137	18,16	339
	Хлеб ржаной/пшеничный	38/25	4,01	0,48	25,28	119,6	-	-
	Компот из свежих плодов (яблок)	180-200	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	390
	Итого обед:		33,43	11,68	76,65	491,54	45,68	
Полдник	Ватрушка (с повидлом)	50-70	4,46	2,98	44,12	222	0,08	441
	Чай с молоком	180-200	2,67	2,34	11,31	89	1,20	413
	Итого полдник:		7,13	5,32	55,43	311	1,28	
Итого за день			57,53	44,55	215,63	1 447,52	59,99	

День: Пятница

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет

День 5

Время	Меню	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Ккал	Витамин С	№ рецептуры
			Б, б(ж)	Ж, жир	У			
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180-200	5,75	5,21	18,84	145,2	0,91	100
	Хлеб с маслом	25/5(10)	1,9	3,73	10,07	80,4	-	6
	Чай с сахаром	180-200	0,06	0,02	6,99	28	0,03	411
	Итого завтрак:		7,71	8,96	35,9	226	0,94	
2 Завтрак	Сок фруктовый	180-200	0,99	-	19,99	83,6	3,96	418
	Итого 2 завтрак:		0,99	-	19,99	83,6	3,96	
Обед								
	Суп картофельный крупой (рис)	180-200	1,74	2,27	11,43	73,2	6,6	86
	Гуляш из отварного мяса	120-140	20,63	16,3	5,24	250	1,11	293
	Каша рассыпчатая с овощами («Артек»)	140-150	5,93	3,89	35,86	202	0,6	179/180
	Компот из свежих плодов (яблок)	180-200	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	390
	Хлеб ржаной/ пшеничный	38/25	4,01	0,48	25,28	119,6	-	-
	Итого обед:		32,45	23,08	99,3	732,64	9,76	
Полдник	Чай с молоком	180-200	2,67	2,34	11,31	89	1,20	413
	Яйцо вареное	1 шт	5,08	4,6	0,28	63	-	227
	Салат из свежих помидоров с луком	50-60	0,68	0,82	2,83	47,46	12,25	14
	Итого полдник:		8,43	7,76	14,42	199,46	13,45	
Итого за день			49,58	39,8	169,61	1 241,70	28,11	

День: Понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет

День 6

	Меню	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Ккал	Витамин С	№ рецептуры
			Б, б(ж)	Ж, жир	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой рис	180-200	5,97	5,48	17,08	140	0,91	101
	Хлеб с маслом (сыром)	25/5(10)	1,9	3,73	10,07	80,4	-	6
	Какао с молоком	180-200	4,03	3,5	17,4	117,7	1,57	416
	Итого завтрак:		11,9	12,71	44,55	338,1	2,48	
2 Завтрак	Сок фруктовый	180-200	0,99	-	19,99	83,6	3,96	418
	Итого 2 завтрак:		0,99	-	19,99	83,6	3,96	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	50-60	0,59	3,69	2,24	44,52	10,06	15
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	19,3	2,4	1,7	53,4	4,2	89/129
	Шницель рыбный натуральный	70-80	12,08	3,92	8,21	116	2,62	274
	Картофель отварной	130-150	2,86	4,32	23,01	142,4	21	336
	Компот из свежих плодов (яблок)	180-200	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	390
	Хлеб ржаной/пшеничный	38/25	4,01	0,48	25,28	119,6	-	
	Итого обед:		38,98	14,95	81,93	563,76	39,43	
Полдник	Омлет натуральный	70-100	9,4	16,8	1,88	196,25	0,18	229
	Чай с молоком	180-200	2,67	2,34	11,31	89	1,20	413
	Итого полдник:		12,07	19,4	13,19	285,6	1,38	
Итого за день			63,94	47,06	159,66	1 271,06	47,25	

День: Вторник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет

День 7

	Меню	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Ккал	Витамин С	№ рецептуры
			Б, б(ж)	Ж, жир	У			
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180-200	5,75	5,21	18,84	145,2	0,91	100
	Хлеб с маслом (сыр)	25/5 (10)	4,98	4,53	10	101,4	-	7
	Чай с молоком	180-200	2,67	2,34	11,31	89	1,20	413
	Итого завтрак:		13,4	12,08	40,15	335,6	2,11	
2 Завтрак	Плоды свежие (абрикосы, персики, груши, виноград, яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44	10	386
	Итого 2 завтрак:		0.4	0,4	9.8	44	10,0	
Обед	Салат из свежих огурцов	50-60	0,46	3,65	1,43	40,38	5,7	13
	Борщ с картофелем /сметана	180-200/4-5	1,63	4	11,28	87,8	7,03	64
	Каша вязкая (гречневая)(масло)	130-150(5)	4,67	4,86	20,94	146	-	182
	Котлеты рубленые из птицы/соус	70-80/30	15,64	3,89	13,46	151	0,14	322
	Компот из свежих плодов (яблок)	180-200	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	390
	Хлеб ржаной/пшеничный	38/25	4,01	0,48	25,28	119,6	-	-
	Итого обед:		26,55	17,02	93,88	632,62	14,42	
Полдник	Ватрушка	50-70	4,46	2,98	44,12	222	0,08	441
	Молоко кипяченое	200	6,09	5,42	10,08	113,3	2,73	419
	Итого полдник:		10,55	8,4	54,20	335,30	2,81	
Итого за день			50,90	37,90	198,03	1 347,52	29,34	

День: Среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет

День 8

	Меню	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Ккал	Витамин С	№ рецептуры
			Б, б(ж)	Ж, жир	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой овсяной	180-200	5,92	5,93	17,93	148,8	0,91	101
	Хлеб с маслом	25/5	4,98	4,53	10	101,4	-	7
	Кофейный напиток с молоком	180-200	3,17	2,68	15,96	101	1,3	414
	Итого завтрак:		13,8	12,36	48,63	362,4	1,21	
2 Завтрак	Плоды свежие (абрикосы, персики, груши, виноград, яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44	10	386
	Итого 2 завтрак:		0,4	0,4	9,8	44	10	
	Суп картофельный с крупой пшено	180-200	1,58	2,19	11,66	72,6	-	86
	Биточки рубленные/ соус сметанный	70-80/30	12,86	10,74	14,32	205,23	0,13	299/372
	Капуста тушеная	130-150	3,1	4,86	14,14	112,65	25,74	354
	Компот из сушеных фруктов	180-200	0,4	0,02	24,99	101,7	0,36	394
	Хлеб ржаной/ пшеничный	38/25	4,01	0,48	25,28	119,6	-	-
	Итого обед:		21,95	18,29	90,39	611,78	26,23	
Полдник	Чай с молоком	180-200	2,67	2,34	11,31	89	1,20	413
	Вареники ленивые/сметана	80-100/5-20	16,74	8,22	16,37	206	0,41	243
	Итого полдник:		19,41	10,56	27,68	295	1,61	
Итого за день			55,56	41,61	176,5	1 313,18	39,05	

День: Четверг

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет

День 9

Время	Меню	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Ккал	Витамин С	№ рецептуры
			Б, б(ж)	Ж, жир	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой гречневой	180-200	4,8	5,08	16,83	132,4	0,91	101
	Хлеб с маслом	25/5(10)	1,9	3,73	10,07	80,4	-	6
	Чай с молоком	180-200	2,67	2,34	11,31	89	1,20	413
	Итого завтрак:		9,37	11,15	38,21	302	2,11	
2 завтрак	Фрукты свежие (абрикосы, персики, груши, виноград, яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44	10	386
	Итого 2 завтрак:		0,4	0,4	9,8	44	10,0	
	Салат из свежих помидоров с луком	50-60	0,68	0,82	2,83	47,46	12,25	14
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180-200	4,39	4,22	13,06	107,8	4,65	87
	Гренки	25	3,11	0,39	19,02	92,05	-	
	Пюре картофельное	130-150	3,06	4,8	20,44	137	18,16	339
	Рыба отварная/соус сметанный	70-80/30	14,13	0,55	0,62	64	0,58	256/372
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,38	15,28	72,2	-	-
	Компот из свежих плодов (яблок)	180-200	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55	390
	Итого обед:		28,02	11,3	92,74	608,35	37,19	
Полдник	Омлет натуральный	70-100	7,52	13,44	1,5	157	0,14	229
	Чай с лимоном	180-200	0,13	0,022	11,22	45,1	3,1	412
	Итого полдник:		7,65	13,46	12,72	202,1	3,24	
	Итого за день		45,44	36,31	153,47	1 156,45	52,54	

День: Пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет

День 10

Время	Меню	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Ккал	Витамин С	№ рецептуры
			Б, б(ж)	Ж, жир	У			
Завтрак	Суп молочный манный	180-200	5,49	5,05	16,10	131,8	0,98	99
	Кофейный напиток с молоком	180-200	3,17	2,68	15,96	101	1,3	414
	Хлеб с маслом	25/5(10)	1,9	3,73	10,07	80,4	-	6
	Итого завтрак:		10,56	11,46	42,13	313,2	2,28	
2-ой завтрак	Сок фруктовый	180-200	0,9	-	18,18	76	3,60	418
	Итого 2 завтрак:		0,9	-	18,18	76	3,60	
	Борщ с мясом/ сметана	180-200/4	7,91	5,82	10,98	128	12,49	68
	Печень тушенная в соусе	80-110	11,93	9,19	7,61	167,32	10,5	411
	Рис отварной с овощами	130-150	3,46	4,96	31,3	183,75	0,9	334
	Кисель из кураги	180-200	0,89	0,06	28,58	118,4	0,49	398
	Хлеб ржаной/пшеничный	38/25	4,01	0,48	25,28	119,6	-	-
	Итого обед:		28,2	20,51	103,75	717,07	24,38	
Полдник	Яйцо вареное	1 шт	5,08	4,6	0,28	63	-	227
	Салат из свежих помидоров и огурцов	50-60	0,59	3,69	2,24	44,52	10,06	15
	Чай с сахаром	180-200	0,06	0,02	6,99	28	0,03	411
	Итого полдник:		5,73	8,31	9,51	135,52	10,09	
Итого за день			45,39	40,28	173,57	1 241,79	40,35	

* Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под ред. Перевалова А.Я, Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012г.