

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по безопасности
ресурсному обеспечению и контрольной деятельности
А. Г. Комаричев
25.09.2025

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ
Директор ФГБОУ "ВДЦ "Океан"
Н. В. Соловей
25.09.2025 г.

осень, зима, весна 2026 г (7-11 лет)

01 день			02 день			03 день			04 день			05 день			06 день			07 день		
									Завтрак											
	Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/10	№ 6.6	Омлет натуральный	150	№ 12.1.1	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/10	№ 6.7	Молочный суп с вермшелью	200	№ 6.8	Вареники с творогом и маслом сливочным	150/10	№ 5.1	Драчена	100	№ 12.3	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/10	№ 6.6.1
Ветчина к завтраку	30	№ 7.4	Сардельки отварные	1шт	№ 7.3.1	Конфета вафельная	55		Яйцо вареное	60	12				Сосиски отварные	1шт	№ 7.3.1	Ветчина к завтраку	30	№ 7.4
Масло сливочное	10		Масло сливочное	10		Масло сливочное	10		Масло сливочное	10		Масло сливочное	10		Масло сливочное	10		Масло сливочное	10	
Сыр плавленый ломтевой	17,5		Пюре фрукто няня	90		Сыр плавленый ломтевой	18,75		Сыр плавленый сегмент	17,5		Сыр плавленый ломтевой	18,75		Сыр плавленый сегмент	17,5		Сыр плавленый ломтевой	18,75	
Батон	50	№ 13	Батон	50	№ 13	Батон	50	№ 13	Батон	50	№ 13	Батон	50	№ 13	Батон	50	№ 13	Батон	50	№ 13
Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1	Какао-напиток (витаминизированный) с	200	№ 6.1.2	Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	№ 6.4.1	Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1	Какао-напиток (витаминизированный) с	200	№ 6.1.2	Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1
									Обед											
	Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к
Помидоры "Черри"	60	№ 8.6.2	Салат из свежих огурцов	60	№ 8.15.1	Икра кабачковая (консерв)	60	№ 10.6	Помидоры "Черри"	60	№ 8.6.2	Салат из морской капусты	60	№ 8.1.1	Салат из свежих огурцов	60	№ 8.15.1	Салат из свежих помидоров	100	№ 8.20
Борщ	175/20/5	№ 1.1	Суп гречневый с цыпленком	165/35	№ 1.12	Солянка рыбная	165/35	№ 1.16	Суп с фрикадельками	165/35	№ 1.8	Борщ сибирский	175/20/5	№ 1.9	Рассольник ленинградский	175/20/5	№ 1.2	Суп "Ева" гороховый	200	№ 1.7.1
Бефстроганов (говядина)	50/50	№ 2.3.1	Запеканка из печени с рисом и овощным соусом	100/30	№ 2.24 № 9.4	Пельмени с говядиной и с маслом сливочным	200/10	№ 5.1	Шницель рыбный	100	№ 4.3.1	Соус мясной	100	№ 2.18.1	Рыба запеченная с помидорами и сыром	100	№ 4.7.1	Запеканка из птицы	100	№ 3.5
Каша рассыпчатая гречневая	150	№ 5.5	Картофельное пюре	200	№ 5.2				Картофель отварной с луком зеленым	200/3	№ 5.9.1	Спагетти отварные	200	№ 5.6	Пюре из цветной капусты и картофеля	150	№ 5.2	Булгур отварной	150	№ 5.5.2
Напиток из фруктов с/м	200	№ 11.7.1	Напиток из шиповника	200	№ 11	Напиток из смородины	200	№ 11.4	Напиток из сух.фруктов	200	№ 11.3	Напиток из брусники	200	№ 11.5	Напиток из груши	200	№ 11.3	Напиток из виш.суш	200	№ 11.3
Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13
Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13
									Витаминный стол											
	Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к
			Сок фруктовый	200		Чай заварной с сахаром, лимон	100/3,5	№ 6.3.5				Чай заварной с сахаром, лимон	100/3,5	№ 6.3.5	Сок фруктовый	200		Чай заварной с сахаром, лимон	100/3,5	№ 6.3.5
									Полдник											
	Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к
Яблоко	220		Банан	210		Груша	270		Яблоко	220		Банан	210		Яблоко	220		Апельсин	300	
Печенье овсяное	50		Пудинг из творога	100	№ 7.5.2	Пирожное "Корзиночка"	60		Рулет фруктовый	50		Кольцо песочное	50		Запеканка из творога	100	№ 7.4.2	Печенье сдобное	50	
			Сгущенное молоко, блюдо	20											Джем фруктовый	20				
Молоко	1/200		Молоко	1/200		Коктейль молочный	1/200		Молоко	1/200		Коктейль молочный	1/200		Молоко	1/200		Коктейль молочный	1/200	
Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500	
									Ужин											
	Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к
Огурцы свежие (нарезка)	70	№ 8.6.2	Винегрет овощной	60	№ 8.9.1	Салат "Парус"	100	№ 8.17	Салат картофельный с соевым огурцом и зеленым горошком	60	№ 8.5	Салат из цветной капусты с помидором и огурцом свежим	100	№ 8.22	Салат из моркови с чесноком	60	№ 8.4	Салат с брокколи и яйцом	100	№ 20.3.1
Жаркое по-домашнему (говядина)	150/50	№ 2.5.1	Поджарка из рыбы	125	№ 4.4	Котлета натуральная обжаренная	106	№ 2.23.1	Плов по - узбекски	150/50	№ 2.1.2	Котлета мясная	110	№ 2.9.1	Фрикассе из курицы	120	№ 3.10	Фишболы	100	№ 4.9
			Каша рассыпчатая рисовая	150	№ 5.5.4	Картофель запеченный дольками	150	№ 5.3.1	Сырники из творога	75	№ 70.2	Картофельное пюре	150	№ 5.2	Каша рассыпчатая гречневая	150	№ 5.5	Картофель отварной с луком зеленым	150/3	№ 5.9.1
Пряник блдо	60		Корж молочный	50		Оладьи	50	№ 10.2	Сгущенное молоко	20		Блинички	50	№ 10.3.1	Пирог	60		Оладьи	50	№ 10.2
						Джем фруктовый	20					Мед	20					Сгущенное молоко	20	
Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1	Чай с сахаром, лимон	200/10/7	№ 6.3.4	Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1	Чай с сахаром, лимон	200/10/7	№ 6.3.4	Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1	Чай с сахаром, лимон	200/10/7	№ 6.3.4	Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1
Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13
Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13
									Второй ужин											
	Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к
Пирожок с начинкой	60		Булочка Воздушная	50		Изделие слоенное "Солнышко"	55		Пончик с начинкой	50		Булочка Плюшка	60		Пирожок с начинкой	60		Маффин	60	
Йогурт питьевой	200		Биолайф	200		Биолюкс	150		Снежок	200		Йогурт питьевой	200		Лакомка	150		Биолюкс	150	
Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500	

Начальник управления продовольственного обеспечения и организации питания

Технолог

Н.С. Зимина

Е.В. Кононенко

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по безопасности,
ресурсному обеспечению и контрольной деятельности
" " 25.09.2025
А. Г. Комаричев

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ



И. В. Соловей
2025 г.

осень, зима, весна 2026 г (7 - 11 лет)

8 день			9 день			10 день			11 день			12 день			13 день			14 день		
									Завтрак											
	Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200/10	№ 14.2	Омлет натуральный	150	№ 12.1.1	Вареники с творогом и маслом сливочным	150/10	№ 5.1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/10	№6.6.1	Драчена	100	№ 12.3	Каша манная молочная с маслом сливочным	200/10	№ 6.5.1	Макароны отварные (рожки, витки)	150	№ 5.6
Яйца вареные	1шт	№12	Сосиски отварные	1 шт	№ 7.3.1							Сардельки отварные	1шт	№ 7.3.1	Яйца вареные	1шт	№12	Сардельки отварные	1шт	№ 7.3.1
			Горошек зеленый	30	№5.5.5							Кукуруза консервированная	30	№ 5.5.5						
Пюре фрукто няня	90					Пюре фрукто няня	90					Пюре фрукто няня	90							
Сыр плавленый сегмент	17,5		Сыр плавленый ломтевой	18,75		Сыр плавленый сегмент	17,5		Сыр плавленый ломтевой	18,75		Сыр плавленый сегмент	17,5		Сыр плавленый ломтевой	18,75		Сыр плавленый сегмент	17,5	
Масло сливочное	10		Масло сливочное	10		Масло сливочное	10		Масло сливочное	10		Масло сливочное	10		Масло сливочное	10		Масло сливочное	10	
Батон	50	№ 13	Батон	50	№ 13	Батон	50	№ 13	Батон	50	№ 13	Батон	50	№ 13	Батон	50	№ 13	Батон	50	№ 13
Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	№6.4.1	Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1	Какао-напиток (витаминизированный) с молоком	200	№ 6.1.2	Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1	Какао-напиток (витаминизированный) с молоком	200	№ 6.1.2	Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1
																		Вода бутилированная	500	
									Обед											
	Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к
Икра кабачковая (консервы)	60	№ 10.6	Салат из свежих огурцов	60	№ 8.15.1	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100	№ 8.11	Салат из морской капусты	60	№ 8.1.2	Салат картофельный с соевыми огурцами и зеленым горошком	60	№ 8.5	Салат из свежих огурцов со сладким перцем	100	№ 8.23	Помидоры "Черри"	60	№ 8.6.2
Суп с фрикадельками	165/35	№ 1.8	Борщ с говядиной и перцем сважим	175/20/5	№ 1.13	Суп с клецками	165/35	№ 1.15	Суп "Ева" гороховый	200	№ 1.7.1	Солянка домашняя	200	№ 1.11.1	Суп сайровый	165/35	№ 1.3	Рассольник ленинградский	175/20/5	№ 1.2
Бефстроганов (говядина)	50/50	№ 2.3.1	Поджарка из рыбы (кета)	125	№ 4.4	Говядина в кисло-сладком соусе	50/50	№ 2.8.3	Шницель рыбный	100	№ 4.3.2	Вареники с картофелем	200/10	№ 5.1	Фрикадельки из птицы тушенные в соусе	80/50	№3.6.1	Хлебцы рыбные (треска,кета)	115	№4.4.1
Каша пшеничная рассыпчатая	150	№ 5.13	Каша рассыпчатая рисовая	150	№ 5.5.4	Спагетти отварные	150	№ 5.6	Булгур отварной	150	№ 5.5.2				Каша рассыпчатая гречневая	150	№ 5.5	Картофельное пюре	150	№ 5.2
									Соус томатный с овощами	50	№ 9.4									
Напиток из фруктов с/м	200	№ 11.7.1	Напиток из шиповника	200	№ 11	Напиток из смородины	200	№ 11.4	Напиток из сухофруктов	200	№ 11.3	Напиток из брусники	200	№ 11.5	Напиток из груши	200	№ 11.3	Напиток из вишни суш.	200	№ 11.3
Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13
Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13
									Витаминный стол											
	Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к
Чай заварной с сахаром,лимон	100/3,5	№6.3.5				Чай заварной с сахаром,лимон	100/3,5	№6.3.5	Сок фруктовый	200		Чай заварной с сахаром,лимон	100/3,5	№6.3.5						
									Полдник											
	Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к
Молоко	200		Коктейль молочный	200		Сок фруктовый	200		Коктейль молочный	200		Молоко	200		Коктейль молочный	200		Сок фруктовый	200	
Пирожное бисквитное	50		Рулет фруктовый	50		Пирог	60		Пудинг из творога	100	№7.5.2	Пирожное с прослойкой	60		Запеканка из творога	100	№ 7.4.2	Печенье овсяное	50	
									Джем фруктовый	20		Молоко сгущенное	20		Яблоко	220				
Банан	210		Яблоко	220		Апельсин	300		Груша	270		Яблоко	220					Апельсин	300	
Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500	
									Ужин											
	Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к
Салат "Свежесть"	100	№ 8.16	Винегрет овощной	60	№ 8.9.1	Морковь с чесноком	60	№ 8.4	Сельдь с луком и маслом растительным	35	№ 10.5.1	Салат "Парус"	100	№ 8.17	Салат с брокколи	100	№ 20.3	Огурцы свежие (нарезка)	60	№8.6.2
Запеканка картофельная с печеню	278	№2.27							Огурцы свежие	30	№ 8.6.4									
			Котлета мясная, соус томатный с овощами	110/30	№2.9.1 № 9.4	Рыба запеченая по - олимпийски(брокколи, цветная капуста, помидор, сыр , треска)	120	№ 4.8	Жаркое по-домашнему (говядина)	150/50	№ 2.5.1	Отбивная с сыром	100	№ 2.20.2	Плов по-узбекски (говядина)	150/50	№2.1.2	Соус мясной	100	№ 2.18.1
			Кус-кус отварной	150	№ 5.14	Картофель отварной с луком зеленым	150/3	№ 5.9.1	Оладьи	50	№10.2	Картофель запеченый дольками	200	№5.3.1				Спагетти отварные	150	№ 5.6
Блины	50	№ 10.3	Кольцо песочное	50		Сырники из творога	75	№ 70.2	Джем фруктовый	20		Пирожное " Корзинчка"	60		Блинчики	50	№ 10.3.1	Конфета	18	
Мед	20					Сгущенное молоко	20		Сгущенное молоко	20					Молоко сгущенное	20				
Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1	Чай с сахаром,лимон	200/10/7	№ 6.3.4	Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1	Чай с сахаром, лимон	200/10/7	№ 6.3.4	Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1	Чай с сахаром,лимон	200/10/7	№ 6.3.4	Чай с сахаром	200/10	№ 6.3.1
Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13	Хлеб ржаной	20	№ 13
Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13	Хлеб пшеничный	50	№ 13
									Второй ужин											
	Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к		Выход	№ Т/к
Пончик с начинкой	50		Круассан	55		Маффин	60		Пирожок с начинкой	60		Язык слоенный	42		Булочка Плюшка	60		Пряник	60	
Варенец	200		Бифилюкс	150		Снежок	200		Йогурт	200		Лакомка	150		Бифилайф	200		Бифилюкс	150	
Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500		Вода бутилированная	500				

Начальник управления продовольственного обеспечения и организации питания

Технолог

Н.С. Зимина

Е.В. Кононенко