



Утверждаю  
Заведующий МКДОУ д/с №7 г. Дубовки  
Т.Г. Ерофеева

Дата 03. 03 2025г.

6 день

| Прием пищи, наименование блюда                                 | Выход в гр. |            |
|----------------------------------------------------------------|-------------|------------|
|                                                                | 1-3 лет     | 3-7 лет    |
| <b>Завтрак</b>                                                 |             |            |
| Каша вязкая молочная (Гречневая) №185                          | 150         | 200        |
| Хлеб пшеничный                                                 | 30          | 30         |
| Масло (порциями) №6                                            | 5           | 5          |
| Чай с лимоном №393                                             | 180/10/7    | 180/10/7   |
|                                                                |             |            |
| <b>2 Завтрак</b>                                               |             |            |
| Сок яблочный №399                                              | 150         | 150        |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                    | <b>150</b>  | <b>150</b> |
| <b>Обед</b>                                                    |             |            |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50         |
| Борщ с фасолью и картофелем №69                                | 150         | 200        |
| Рыба припущенная №259                                          | 60          | 80         |
| Картофельное пюре №339                                         | 110         | 150        |
| Компот из сушеных фруктов №376                                 | 150         | 180        |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20          | 40         |
| Хлеб ржаной                                                    | 20          | 40         |
|                                                                |             |            |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                     |             |            |
| Омлет на натуральном молоке №216                               | 80          | 100        |
| Икра кабачковая №57                                            | 40          | 60         |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20          | 30         |
| Компот из свежих плодов №372                                   | 150         | 200        |
| <i>Белки</i>                                                   | 31,6        | 43,7       |
| <i>Жиры</i>                                                    | 24,9        | 32,1       |
| <i>Углеводы</i>                                                | 149,4       | 202,1      |
| <i>Калорийность</i>                                            | 1089,3      | 1297,8     |



Утверждаю

Заведующий МКДОУ д/с №7 г. Дубовки

Ерофеева Т.Г. Ерофеева

Дата 04.03.2025г.

7 день

| Прием пищи, наименование блюда                                 | Выход в гр. |         |
|----------------------------------------------------------------|-------------|---------|
|                                                                | 1-3 года    | 3-7 лет |
| <b>Завтрак</b>                                                 |             |         |
| Каша вязкая молочная (Рисовая) №174                            | 150         | 200/5   |
| Хлеб пшеничный                                                 | 30          | 30      |
| Масло (порциями) №6                                            | 10          | 10      |
| Какао с молоком №397                                           | 180         | 200     |
| <b>2 Завтрак</b>                                               |             |         |
| Фрукты свежие (Яблоко) №368                                    | 100         | 100     |
| <b>Обед</b>                                                    |             |         |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Суп картофельный с макаронными изделиями №82                   | 150         | 200     |
| Птица, тушенная в соусе №373                                   | 30/30       | 40/40   |
| Каша перловая вязкая №331                                      | 150         | 200     |
| Кисель №383                                                    | 150         | 180     |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20          | 40      |
| Хлеб ржаной                                                    | 20          | 40      |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                     |             |         |
| Голубцы ленивые с соусом томатным №315                         | 120/15      | 160/30  |
| Хлеб ржаной                                                    | 20          | 30      |
| Вафли                                                          | 50          | 50      |
| Компот из сушеных фруктов (изюм) №376                          | 150         | 180     |
| Белки                                                          | 40,9        | 51,7    |
| Жиры                                                           | 38,8        | 46,4    |
| Углеводы                                                       | 247,7       | 269,2   |
| Калорийность                                                   | 1522,8      | 1725,8  |



Утверждаю

Заведующий МКДОУ д/с №7 г. Дубовки

ДОКУМЕНТОВ

Т.Г. Ерофеева

Дата 05.03.2025

8 день

| Прием пищи, наименование блюда                                 | Выход в гр. |         |
|----------------------------------------------------------------|-------------|---------|
|                                                                | 1-3 года    | 3-7 лет |
| <b>Завтрак</b>                                                 |             |         |
| Каша молочная из (Риса и Пшена «Дружба») №175                  | 150         | 200     |
| Хлеб пшеничный                                                 | 30          | 30      |
| Сыр (порциями) №7                                              | 15          | 15      |
| Кофейный напиток с молоком №395                                | 150         | 200     |
| <b>2 Завтрак</b>                                               |             |         |
| Сок яблочный №399                                              | 150         | 150     |
| <b>Обед</b>                                                    |             |         |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Рассольник по – Ленинградски №82                               | 150         | 200     |
| Котлета рубленая с белокочанной капустой №455                  | 50          | 70      |
| Каша гречневая рассыпчатая №179                                | 155         | 200     |
| Кисель №383                                                    | 150         | 180     |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20          | 40      |
| Хлеб ржаной                                                    | 20          | 40      |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                     |             |         |
| Макароны отварные с сыром №206                                 | 120         | 160     |
| Печенье                                                        | 50          | 50      |
| Чай с сахаром №392                                             | 150         | 190/10  |
| Белки                                                          | 37,7        | 48,2    |
| Жиры                                                           | 34,0        | 42,0    |
| Углеводы                                                       | 222,3       | 273,4   |
| Калорийность                                                   | 1350,7      | 1671,0  |



Утверждаю  
Заведующий МКДОУ д/с №7 г. Дубовки  
Т.Г. Ерофеева

Дата 06.03.2025 г.

9 день

| Прием пищи, наименование блюда                                 | Выход в гр. |         |
|----------------------------------------------------------------|-------------|---------|
|                                                                | 1-3 лет     | 3-7 лет |
| <b>Завтрак</b>                                                 |             |         |
| Суп молочный с макаронными изделиями №93                       | 150/2       | 200/2   |
| Бутерброд с маслом №1                                          | 40/10       | 30/10   |
| Чай с сахаром №392                                             | 150/8       | 190/10  |
|                                                                |             |         |
| <b>2 Завтрак</b>                                               |             |         |
| Напиток кисломолочный «Снежок» №420                            | 150         | 180     |
|                                                                |             |         |
| <b>Обед</b>                                                    |             |         |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Суп картофельный с крупой (Пшено) №80                          | 150         | 200     |
| Рагу из птицы №289                                             | 130         | 150     |
| Компот из сушеных фруктов (изюм) №376                          | 150         | 180     |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20          | 40      |
| Хлеб ржаной                                                    | 20          | 40      |
|                                                                |             |         |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                     |             |         |
| Запеканка морковная с творогом №168                            | 130         | 180     |
| Соус молочный (сладкий) №369                                   | 15          | 30      |
| Чай с молоком №394                                             | 150         | 180     |
| Белки                                                          | 38,4        | 60,8    |
| Жиры                                                           | 42,7        | 59,6    |
| Углеводы                                                       | 158,4       | 183,8   |
| Калорийность                                                   | 1197,5      | 1524,3  |



Утверждаю

Заведующий МКДОУ д/с №7 г. Дубовки

Т.Г. Ерофеева

Дата 07.03.2025г.

10 день

| Прием пищи, наименование блюда                                 | Выход в гр. |         |
|----------------------------------------------------------------|-------------|---------|
|                                                                | 1-3 лет     | 3-7 лет |
| <b>Завтрак</b>                                                 |             |         |
| Каша Пшенная молочная №182                                     | 150/5       | 200/5   |
| Хлеб пшеничный                                                 | 30          | 30      |
| Масло (порциями) №6                                            | 5           | 10      |
| Компот из сушеных фруктов №376                                 | 150         | 180     |
| <b>2 Завтрак</b>                                               |             |         |
| Сок яблочный №399                                              | 150         | 150     |
| <b>Обед</b>                                                    |             |         |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Борщ с капустой и картофелем №57                               | 150         | 200     |
| Плов из птицы №304                                             | 130         | 150     |
| Чай с сахаром №392                                             | 150         | 190/10  |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20          | 40      |
| Хлеб ржаной                                                    | 20          | 40      |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                     |             |         |
| Каша пшеничная вязкая с маслом №182                            | 155         | 205     |
| Тефтели мясные №287                                            | 70          | 70      |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20          | 30      |
| Чай с лимоном №393                                             | 180         | 200     |
| Белки                                                          | 49,3        | 48,2    |
| Жиры                                                           | 52,6        | 53,8    |
| Углеводы                                                       | 188,8       | 184,6   |
| Калорийность                                                   | 1449,7      | 1464,5  |



Утверждаю

Заведующий МКДОУ д/с №7 г. Дубовки

*Ерофеева*

Т.Г. Ерофеева

Дата 10.03.2025г.

**1 день**

| Прием пищи, наименование блюда                                 | Выход в гр. |          |
|----------------------------------------------------------------|-------------|----------|
|                                                                | 1-3 лет     | 3-7 лет  |
| <b>Завтрак</b>                                                 |             |          |
| Каша вязкая молочная (Геркулесовая) №168                       | 150         | 200      |
| Хлеб пшеничный                                                 | 30          | 30       |
| Масло (порциями) №6                                            | 10          | 10       |
| Кофейный напиток с молоком №395                                | 150         | 180      |
|                                                                |             |          |
| <b>2 Завтрак</b>                                               |             |          |
| Фрукты свежие (Яблоко) №368                                    | 100         | 100      |
|                                                                |             |          |
| <b>Обед</b>                                                    |             |          |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50       |
| Щи из свежей капусты с картофелем №67                          | 150         | 200      |
| Котлета рубленая из птицы №305                                 | 50          | 70       |
| Каша гречневая рассыпчатая №165                                | 110         | 150      |
| Соус томатный №348                                             | 30          | 30       |
| Чай с лимоном №393                                             | 150         | 180/10/7 |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20          | 40       |
| Хлеб ржаной                                                    | 20          | 40       |
|                                                                |             |          |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                     |             |          |
| Омлет на натуральном молоке №216                               | 80          | 100      |
| Булочка ванильная №450                                         | 50          | 50       |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20          | 30       |
| Чай с сахаром №392                                             | 150         | 190      |
| Белки                                                          | 41,8        | 54,0     |
| Жиры                                                           | 45,1        | 54,6     |
| Углеводы                                                       | 192,1       | 247,2    |
| Калорийность                                                   | 1364,4      | 1720,7   |



Утверждаю  
Заведующий МКДОУ д/с №7 г. Дубовки

Т.Г. Ерофеева

Дата 11.03.2025

2 день

| Прием пищи, наименование блюда                                 | Выход в гр. |         |
|----------------------------------------------------------------|-------------|---------|
|                                                                | 1-3 лет     | 3-7 лет |
| <b>Завтрак</b>                                                 |             |         |
| Суп молочный с макаронными изделиями №93                       | 150/2       | 200/2   |
| Бутерброд с сыром №3                                           | 30/5/10     | 30/5/10 |
| Чай с сахаром №392                                             | 150/8       | 190/10  |
|                                                                |             |         |
| <b>2 Завтрак</b>                                               |             |         |
| Сок яблочный №399                                              | 150         | 150     |
|                                                                |             |         |
| <b>Обед</b>                                                    |             |         |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Суп картофельный с бобовыми №87                                | 150         | 200     |
| Рагу из птицы №289                                             | 130         | 150     |
| Кисель №383                                                    | 150         | 180     |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20          | 40      |
| Хлеб ржаной                                                    | 20          | 40      |
|                                                                |             |         |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                     |             |         |
| Запеканка морковная с творогом №168                            | 100         | 150     |
| Соус молочный (сладкий) №369                                   | 15          | 30      |
| Чай с сахаром №392                                             | 150         | 180     |
| Белки                                                          | 46,1        | 50,0    |
| Жиры                                                           | 47,4        | 47,9    |
| Углеводы                                                       | 140,9       | 208,7   |
| Калорийность                                                   | 1178,0      | 1494,2  |



Утверждаю

Заведующий МКДОУ д/с №7 г. Дубовки

*Ерофеева* Т.Г. Ерофеева

Дата 12.03.2025

**3 день**

| Прием пищи, наименование блюда                                 | Выход в гр. |          |
|----------------------------------------------------------------|-------------|----------|
|                                                                | 1-3 лет     | 3-7 лет  |
| <b>Завтрак</b>                                                 |             |          |
| Каша вязкая молочная (Рисовая) №174                            | 150         | 200      |
| Хлеб пшеничный                                                 | 30          | 30       |
| Масло (порциями) №6                                            | 10          | 10       |
| Чай с лимоном №393                                             | 180/10/7    | 180/10/7 |
| <b>2 Завтрак</b>                                               |             |          |
| Сок яблочный №399                                              | 150         | 150      |
| <b>Обед</b>                                                    |             |          |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50       |
| Суп картофельный с клецками №91                                | 150         | 200      |
| Рыба припущенная №259                                          | 60          | 80       |
| Картофельное пюре №339                                         | 110         | 150      |
| Компот из сушеных фруктов №376                                 | 150         | 180      |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20          | 40       |
| Хлеб ржаной                                                    | 20          | 40       |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                     |             |          |
| Макароны отварные с сыром №206                                 | 120         | 160      |
| Печенье                                                        | 50          | 50       |
| Компот из свежих плодов №372                                   | 150         | 200      |
| Белки                                                          | 29,1        | 39,4     |
| Жиры                                                           | 24,6        | 30,5     |
| Углеводы                                                       | 178,9       | 227,5    |
| Калорийность                                                   | 1067,8      | 1355,0   |



Утверждаю

Заведующий МКДОУ д/с №7 г. Дубовки

Т.Г. Ерофеева

Дата 13.03.2025г.

4 день

| Прием пищи, наименование блюда                                 | Выход в гр. |         |
|----------------------------------------------------------------|-------------|---------|
|                                                                | 1-3 лет     | 3-7 лет |
| <b>Завтрак</b>                                                 |             |         |
| Каша жидкая молочная (Манная) №185                             | 150/5       | 200/5   |
| Масло (порциями) №6                                            | 10          | 10      |
| Чай с молоком №394                                             | 150         | 200     |
| Хлеб пшеничный                                                 | 30          | 30      |
| <b>2 Завтрак</b>                                               |             |         |
| Фрукты свежие (Яблоко) №368                                    | 100         | 100     |
| <b>Обед</b>                                                    |             |         |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Борщ с капустой и картофелем №57                               | 150         | 200     |
| Тефтели мясные №287                                            | 50          | 70      |
| Соус томатный №348                                             | 20          | 30      |
| Макаронные изделия отварные с маслом №205                      | 110         | 130/5   |
| Компот из сушеных фруктов №376                                 | 150         | 180     |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20          | 40      |
| Хлеб ржаной                                                    | 20          | 40      |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                     |             |         |
| Капуста тушеная №354                                           | 110         | 150     |
| Суфле куриное №327                                             | 60          | 80      |
| Вафли                                                          | 50          | 50      |
| Хлеб ржаной                                                    | 20          | 30      |
| Компот из сушеных фруктов (изюм) №376                          | 150         | 180     |
| Белки                                                          | 39,3        | 52,6    |
| Жиры                                                           | 42,4        | 50,8    |
| Углеводы                                                       | 205,0       | 245,7   |
| Калорийность                                                   | 1381,8      | 1670,1  |



Утверждаю

Заведующий МКДОУ д/с №7 г. Дубовки

ДОКУМЕНТ

Т.Г. Ерофеева

Дата 14.03.2025

5 день

| Прием пищи, наименование блюда                                 | Выход в гр. |         |
|----------------------------------------------------------------|-------------|---------|
|                                                                | 1-3 лет     | 3-7 лет |
| <b>Завтрак</b>                                                 |             |         |
| Каша молочная (Пшеничная)                                      | 150/5       | 200/5   |
| Бутерброд с сыром №3                                           | 30/5/10     | 30/5/10 |
| Чай с сахаром №392                                             | 150/8       | 190/10  |
|                                                                |             |         |
| <b>2 Завтрак</b>                                               |             |         |
| Сок яблочный №399                                              | 150         | 150     |
|                                                                |             |         |
| <b>Обед</b>                                                    |             |         |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Суп рыбными консервами №95                                     | 150         | 200     |
| Плов из птицы №304                                             | 130         | 150     |
| Кисель №383                                                    | 150         | 180     |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20          | 40      |
| Хлеб ржаной                                                    | 20          | 40      |
|                                                                |             |         |
| <b>Уплотненный полдник</b>                                     |             |         |
| Лапшевник с творогом №226                                      | 150         | 200     |
| Соус молочный (сладкий) №369                                   | 15          | 30      |
| Какао с молоком №397                                           | 150         | 200     |
| Белки                                                          | 58,1        | 72,7    |
| Жиры                                                           | 57,3        | 69,6    |
| Углеводы                                                       | 182,6       | 230,9   |
| Калорийность                                                   | 1490,5      | 1852,9  |