



Утверждаю

Заведующий МКДОУ д/с №7 г. Дубовки

Т.Г. Ерофеева

Дата 6. 10. 2025

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход в гр.	
	1-3 лет	3-7 лет
Завтрак		
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
2 Завтрак		
Сок яблочный №399	150	150
Итого за прием пищи:	150	150
Обед		
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
Уплотненный полдник		
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

Горова

Т.Г. Ерофеева

Дата 7.10.2025г.

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход в гр.	
	1-3 года	3-7 лет
Завтрак		
Каша вязкая молочная (Рисовая) №174	150	200/5
Хлеб пшеничный	30	30
Масло (порциями) №6	10	10
Какао с молоком №397	180	200
2 Завтрак		
Фрукты свежие (Яблоко) №368	100	100
Обед		
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
Уплотненный полдник		
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

Т.Г. Ерофеева

Дата 8.10.2026

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход в гр.	
	1-3 года	3-7 лет
Завтрак		
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
2 Завтрак		
Сок яблочный №399	150	150
Обед		
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
Уплотненный полдник		
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 9.10.2025

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход в гр.	
	1-3 лет	3-7 лет
Завтрак		
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
2 Завтрак		
Напиток кисломолочный «Снежок» №420	150	180
Обед		
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
Уплотненный полдник		
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

Ерофеева Т.Г. Ерофеева

Дата 10.10.2025

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход в гр.	
	1-3 лет	3-7 лет
Завтрак		
Каша Пшенная молочная №182	150/5	200/5
Хлеб пшеничный	30	30
Масло (порциями) №6	5	10
Компот из сушеных фруктов №376	150	180
2 Завтрак		
Сок яблочный №399	150	150
Обед		
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
Уплотненный полдник		
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