

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3 г. Дубовки

Елссина
Н.Н.Елссина

Дата *01.11.25*

| | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| 6 день | | |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша вязкая молочная гречневая №185 | 150 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Масло сливочное №6 | 5 | 5 |
| Чай с лимоном №393 | 180 | 180 |
| <u>2 завтрак</u> Сок яблочный №399 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> Борщ с фасолью и картофелем №69 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Рыба припущенная №259 | 60 | 80 |
| Картофельное пюре №339 | 110 | 150 |
| Компот из сухофруктов №376 | 150 | 180 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Омлет на натуральном молоке №216 | 80 | 100 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 |
| Икра кабачковая №57 | 40 | 60 |
| Компот из свежих плодов №372 | 150 | 200 |
| 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 №3

Е.И.Иванова

Н.Н.Елесина

ДОКУМЕНТ

Дата

05.11.2025

| 8 день | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша вязкая молочная из риса и пшена №175 | 150 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Сыр (порциями) №7 | 15 | 15 |
| Кофейный напиток с молоком №395 | 150 | 200 |
| <u>2 завтрак</u> | | |
| Сок яблочный №399 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> Рассольник по-ленинградски №82 | | |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Котлета, рубленая с белокочанной капустой №455 | 50 | 70 |
| Каша гречневая рассыпчатая №179 | 155 | 200 |
| Кисель из повидла №383 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Макароны отварные с сыром №206 | 120 | 160 |
| Печенье | 50 | 50 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| белки | 37.32 | 52.74 |
| жиры | 47.9 | 58.74 |
| углеводы | 171.58 | 239.76 |
| калорийность | 1405 | 1882 |

| Утверждаю Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки Н.Н.Елесина Дата 06.11.2015 | | |
|--|---------------|---------------|
| 9 день | 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 | 40/10 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| 2 завтрак Напиток кисломолочный «Снежок» №420 | 100 | 100 |
| Обед Суп картофельный с крупой (пшено) №80 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Рагу из птицы №289 | 130 | 150 |
| Компот из сухофруктов №376 | 150 | 180 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Уплотненный полдник Запеканка морковная с творогом №168 | 130 | 180 |
| Соус молочный(сладкий) №369 | 15 | 30 |
| Чай с молоком №394 | 150 | 180 |
| белки | 44,1 | 60,8 |
| жиры | 48,9 | 59,6 |
| углеводы | 195,0 | 183,8 |
| калорийность | 1440,0 | 1524,3 |

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 07.11.2025

| | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| 10 день | | |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша пшеничная молочная №182 | 150 | 200 |
| Масло сливочное (порциями) №6 | 5 | 5 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Компот из сухофруктов. №376 | 150 | 180 |
| <u>2 завтрак</u> | 100 | 100 |
| Сок яблочный №399 | | |
| <u>Обед</u> Борш с капустой и картофелем №57 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Плов из птицы №304 | 130 | 150 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Каша пшеничная вязкая с маслом №182 | 155 | 205 |
| Тефтели мясные №287 | 70 | 70 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 |
| Чай с лимоном №393 | 180 | 200 |
| белки | 41.84 | 58.52 |
| жиры | 54.61 | 66.8 |
| углеводы | 190.39 | 263.19 |
| калорийность | 1446.3 | 2075.1 |

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3 г. Дубовки

Е.И.Сидорова
Н.Н.Елесина

Дата *20.11.2025*

| 1 день | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша молочная вязкая геркулесовая. №168 | 150 | 200 |
| Кофейный напиток с молоком. №395 | 150 | 200 |
| Масло(порциями) №6 | 10 | 10 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| <u>2 завтрак</u> Фрукты свежие (Яблоко) №368 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем. №67 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Котлета рубленая из птицы №305 | 50 | 70 |
| Каша гречневая рассыпчатая №165 | 110 | 150 |
| Соус томатный №348 | 30 | 30 |
| Чай с лимоном №393 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Омлет на натуральном молоке №216 | 80 | 100 |
| Булочка ванильная №450 | 50 | 50 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| белки | 41,83 | 54,0 |
| жиры | 45,06 | 54,6 |
| углеводы | 192,05 | 247,2 |
| калорийность | 1364,4 | 1720,7 |

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3 г. Дубовки
Н.Н.Елесина

Дата 11.11.2025

| 2 день | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями №93 | 150 | 200 |
| Бутерброд с сыром №3 | 45 | 45 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| <u>2 завтрак</u> | | |
| Сок яблочный №399 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> | | |
| Суп картофельный с бобовыми №87 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Рагу из птицы №289 | 130 | 150 |
| Кисель из повидла, джема, варенья №383 | 150 | 180 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Запеканка морковная с творогом №168 | 100 | 150 |
| Соус молочный сладкий №369 | 15 | 30 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 200 |
| белки | 46,1 | 50,0 |
| жиры | 47,4 | 47,9 |
| углеводы | 140,9 | 221,7 |
| калорийность | 1178,0 | 1494,2 |

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Елесина Н.Н.Елесина

Дата 12.11.2025

| 3 день | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша вязкая молочная рисовая №174 | 150 | 200 |
| Масло(порциями) №6 | 10 | 10 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Чай с лимоном №393 | 180 | 180 |
| <u>2 завтрак</u> Сок яблочный №399 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> Суп картофельный с клецками №91 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Рыба припущенная №259 | 60 | 80 |
| Картофельное пюре №339 | 110 | 130 |
| Компот из сухофруктов №376 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| 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 | 58,4 | 65,5 |
| калорийность | 1067,8 | 1355,0 |

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 13.11.2025

| 4 день | Выход в гр. | |
|--|-------------|---------|
| | 1-3 лет. | 3-7 лет |
| Завтрак | | |
| Каша жидкая молочная манная №185 | 150/5 | 200/5 |
| Масло(порциями)№6 | 10 | 10 |
| Чай с молоком №394 | 150 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 30 |
| 2 завтрак Фрукты свежие (Яблоко) №368 | 100 | 100 |
| Обед Борщ с капустой и картофелем №57 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Макаронные изделия отварные с маслом №205 | 110/5 | 130/5 |
| Тефтели мясные №287 | 50 | 70 |
| Соус томатный №348 | 20 | 30 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| Компот из сухофруктов №376 | 150 | 180 |
| Уплотненный полдник | | |
| Капуста тушеная №354 | 110 | 150 |
| Вафли | 50 | 70 |
| Суфле куриное №327 | 60 | 80 |
| Компот из сушеных фруктов(изюм)№376 | 150 | 200 |
| белки | 52,6 | 48,67 |
| жиры | 50,8 | 43,9 |
| углеводы | 245,7 | 203 |
| калорийность | 1670,1 | 1824,2 |

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 14.11.2025

| 5 день | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | |
| Каша молочная пшеничная | 150/2 | 200/2 |
| Бутерброд с сыром №3 | 30/5/10 | 30/5/10 |
| Чай с сахаром №392 | 150/8 | 190/10 |
| 2 завтрак Сок яблочный №399 | 150 | 150 |
| Обед | 150 | 200 |
| Суп с рыбными консервами №95 | | |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Плов из птицы №304 | 130 | 150 |
| Кисель из повидла, джема, варенья №383 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| Уплотненный полдник | | |
| 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 |

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3 г. Дубовки

Ф.И.И.
Н.Н.Елесина

Дата *19.11.25*



Выход в гр.

6 день

1-3 лет 3-7 лет

Завтрак

Каша вязкая молочная
гречневая №185

150

200

Хлеб пшеничный

30

30

Масло сливочное №6

5

5

Чай с лимоном №393

180

180

2 завтрак Сок
яблочный №399

100

100

Обед Борщ с фасолью и
картофелем №69

150

200

Овощи по сезону (огурец
или помидор соленый,
капуста квашеная)

30

50

Рыба припущенная
№259

60

80

Картофельное пюре
№339

110

150

Компот из сухофруктов
№376

150

180

Хлеб ржаной

20

40

Хлеб пшеничный

20

40

Уплотненный полдник

Омлет на натуральном
молоке №216

80

100

Хлеб пшеничный

20

30

Икра кабачковая №57

40

60

Компот из свежих
плодов №372

150

200

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 №3 <i>Елисина</i> Н.Н. Елисина Дата <i>18.11.2015</i> | | |
| 7 день | Выход в граммах | |
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша вязкая-молочная рисовая №174 | 150 | 200 |
| Масло сливочное (порциями) №6 | 10 | 10 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Какао с молоком №397 | 180 | 200 |
| <u>2 завтрак</u> Фрукты свежие (Яблоко) №368) | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> | | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями №82 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Птица, тушенная в соусе №373 | 30/30 | 40/40 |
| Каша перловая вязкая №331 | 150 | 200 |
| Кисель из повидла №383 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Голубцы ленивые с соусом томатным №315 | 120/15 | 160/30 |
| Вафли | 30 | 50 |
| Хлеб ржаной | 20 | 30 |
| Компот из с/фр(изюм) №376 | 150 | 180 |
| белки | 38.5 | 56.6 |
| жиры | 44.3 | 65.1 |
| углеводы | 219 | 287.35 |
| калорийность | 1481.06 | 1973.2 |

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3

Евсина Н.Н. Евсина

Дата 19.11.2025

| | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| 8 день | | |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша вязкая молочная из риса и пшена №175 | 150 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Сыр (порциями) №7 | 15 | 15 |
| Кофейный напиток с молоком №395 | 150 | 200 |
| <u>2 завтрак</u> | | |
| Сок яблочный №399 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> Рассольник по-ленинградски №82 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Котлета, рубленая с белокочанной капустой №455 | 50 | 70 |
| Каша гречневая рассыпчатая №179 | 155 | 200 |
| Кисель из повидла №383 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Макароны отварные с сыром №206 | 120 | 160 |
| Печенье | 50 | 50 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| белки | 37.32 | 52.74 |
| жиры | 47.9 | 58.74 |
| углеводы | 171.58 | 239.76 |
| калорийность | 1405 | 1882 |

Утверждаю
Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 20.11.2015

| 9 день | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями №93 | 150/2 | 200/2 |
| Бутерброд с маслом №1 | 40/10 | 40/10 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| <u>2 завтрак</u> Напиток кисломолочный «Снежок» №420 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> Суп картофельный с крупой (пшено) №80 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Рагу из птицы №289 | 130 | 150 |
| Компот из сухофруктов №376 | 150 | 180 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Запеканка морковная с творогом №168 | 130 | 180 |
| Соус молочный(сладкий) №369 | 15 | 30 |
| Чай с молоком №394 | 150 | 180 |
| белки | 44,1 | 60,8 |
| жиры | 48,9 | 59,6 |
| углеводы | 195,0 | 183,8 |
| калорийность | 1440,0 | 1524,3 |

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3 г. Дубовки

Елесина
Н.Н.Елесина

Дата *21.11.2015*

| 10 день | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша пшенная молочная №182 | 150 | 200 |
| Масло сливочное (порциями) №6 | 5 | 5 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Компот из сухофруктов. №376 | 150 | 180 |
| <u>2 завтрак</u> | 100 | 100 |
| Сок яблочный №399 | | |
| <u>Обед</u> Борщ с капустой и картофелем №57 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Плов из птицы №304 | 130 | 150 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Каша пшеничная вязкая с маслом №182 | 155 | 205 |
| Тефтели мясные №287 | 70 | 70 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 |
| Чай с лимоном №393 | 180 | 200 |
| белки | 41.84 | 58.52 |
| жиры | 54.61 | 66.8 |
| углеводы | 190.39 | 263.19 |
| калорийность | 1446.3 | 2075.1 |

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г. Дубовки

С.И.Сидорова Н.Н.Елесина

Дата 24.11.2025

| 1 день | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша молочная вязкая геркулесовая. №168 | 150 | 200 |
| Кофейный напиток с молоком. №395 | 150 | 200 |
| Масло(порциями) №6 | 10 | 10 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| <u>2 завтрак</u> Фрукты свежие (Яблоко)№368 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем. №67 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Котлета рубленая из птицы №305 | 50 | 70 |
| Каша гречневая рассыпчатая №165 | 110 | 150 |
| Соус томатный №348 | 30 | 30 |
| Чай с лимоном №393 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Омлет на натуральном молоке №216 | 80 | 100 |
| Булочка ванильная №450 | 50 | 50 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| белки | 41,83 | 54,0 |
| жиры | 45,06 | 54,6 |
| углеводы | 192,05 | 247,2 |
| калорийность | 1364,4 | 1720,7 |

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки
Н.Н.Елесина

Дата 25.11.2025

| 2 день | Выход в гр. | |
|---|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак Суп молочный с макаронными изделиями №93 | 150 | 200 |
| Бутерброд с сыром №3 | 45 | 45 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| 2 завтрак Сок яблочный №399 | 100 | 100 |
| Обед Суп картофельный с бобовыми №87 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Рагу из птицы №289 | 130 | 150 |
| Кисель из повидла, джема, варенья №383 | 150 | 180 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Уплотненный полдник Запеканка морковная с творогом №168 | 100 | 150 |
| Соус молочный сладкий №369 | 15 | 30 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 200 |
| белки | 46,1 | 50,0 |
| жиры | 47,4 | 47,9 |
| углеводы | 140,9 | 221,7 |
| калорийность | 1178,0 | 1494,2 |

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Елисея Н.Н.Елесина

Дата 26.11.2025

| 3 день | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | |
| Каша вязкая молочная рисовая №174 | 150 | 200 |
| Масло(порциями) №6 | 10 | 10 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Чай с лимоном №393 | 180 | 180 |
| 2 завтрак Сок яблочный №399 | 100 | 100 |
| Обед Суп картофельный с клецками №91 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Рыба припущенная №259 | 60 | 80 |
| Картофельное пюре №339 | 110 | 130 |
| Компот из сухофруктов №376 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| Уплотненный полдник | | |
| 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 | 58,4 | 65,5 |
| калорийность | 1067,8 | 1355,0 |

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 27.11.2025

| 4 день | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет. | 3-7 лет |
| Завтрак | | |
| Каша жидкая-молочная манная №185 | 150/5 | 200/5 |
| Масло(порциями)№6 | 10 | 10 |
| Чай с молоком №394 | 150 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 30 |
| 2 завтрак Фрукты свежие (Яблоко) №368 | 100 | 100 |
| Обед Борщ с капустой и картофелем №57 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Макаронные изделия отварные с маслом №205 | 110/5 | 130/5 |
| Тефтели мясные №287 | 50 | 70 |
| Соус томатный №348 | 20 | 30 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| Компот из сухофруктов №376 | 150 | 180 |
| Уплотненный полдник | | |
| Капуста тушеная №354 | 110 | 150 |
| Вафли | 50 | 70 |
| Суфле куриное №327 | 60 | 80 |
| Компот из сушеных фруктов(изюм)№376 | 150 | 200 |
| белки | 52,6 | 48,67 |
| жиры | 50,8 | 43,9 |
| углеводы | 245,7 | 203 |
| калорийность | 1670,1 | 1824,2 |

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Е.Н. Елесина
Н.Н. Елесина

Дата 28.11.2025

| 5 день | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| Завтрак | | |
| Каша молочная пшеничная | 150/2 | 200/2 |
| Бутерброд с сыром №3 | 30/5/10 | 30/5/10 |
| Чай с сахаром №392 | 150/8 | 190/10 |
| 2 завтрак Сок яблочный №399 | 150 | 150 |
| Обед | 150 | 200 |
| Суп с рыбными консервами №95 | | |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Плов из птицы №304 | 130 | 150 |
| Кисель из повидла, джема, варенья №383 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| Уплотненный полдник | | |
| 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 |