



Утверждаю

Заведующий МКДОУ д/с №7 г. Дубовки

Т.Г. Ерофеева

Дата 24.11.2025г.

**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   |

