



Утверждаю

Заведующий МКДОУ д/с №7 г. Дубовки

Т.Г. Ерофеева

Дата 14.01.2026 г.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Выход в гр.	
	1-3 лет	3-7 лет
Завтрак		
Каша вязкая молочная (Геркулесовая) №168	150	200
Хлеб пшеничный	30	30
Масло (порциями) №6	10	10
Кофейный напиток с молоком №395	150	180
2 Завтрак		
Фрукты свежие (Яблоко) №368	100	100
Обед		
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
Уплотненный полдник		
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

