

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ «Колокольчик» г. Суровикино
Черноярова И.С.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 77ec8501155ddd520fd5feb079c22ecf2
Владелец Черноярова Инна Сергеевна
Действителен с 16.09.2025. по 10.12.2026.

День шестой. 20.04.2026 (понедельник)

Возраст: 1-3 года

| № | Наименование блюда | Вес блюда (грамм) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, Ккал |
|--------------|---|----------------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 185 | ЗАВТРАК Каша из овсяных хлопьев жидкая на молоке | 130 | 5.37 | 5.75 | 19.75 | 153 |
| 1 | Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1.69 | 4.9 | 9.5 | 20 |
| 392 | Чай сладкий | 150 | 1.05 | 0.01 | 8.32 | 33 |
| Итого | | 320 | 8.11 | 10.66 | 37.57 | 206 |
| | ВТОРОЙ ЗАВТРАК Яблоко свежее | 100 | 0.3 | 0.4 | 11.5 | 48 |
| Итого | | 100 | 0.3 | 0.4 | 11.5 | 48 |
| 33 | ОБЕД Салат из свеклы | 30 | 0.51 | 2.19 | 3.01 | 34 |
| 57 | Борщ с капустой и картофелем | 150 | 1.22 | 3.31 | 8.4 | 66 |
| 317 | Макаронные изделия отварные | 110 | 4.07 | 3.63 | 21.66 | 135 |
| 278 | Бефстроганов из отварного мяса с томатным соусом | 50 | 10.07 | 9.93 | 1.71 | 127 |
| 376 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0.33 | 0.01 | 20.82 | 85 |
| | Хлеб пшеничный 1с | 30 | 2.37 | 0.3 | 14.49 | 71 |
| | Хлеб ржаной 1с | 15 | 0.99 | 0.18 | 5.01 | 26 |
| Итого | | 535 | 19.56 | 19.55 | 83.1 | 544 |
| 321 | ПОЛДНИК Картофельное пюре | 110 | 2.59 | 4.06 | 17.29 | 116 |
| 395 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 2.37 | 2.01 | 11.96 | 76 |
| 458 | Ватрушка с повидлом | 45 | 2.28 | 3.98 | 20.76 | 139 |
| Итого | | 305 | 7.24 | 10.05 | 50.01 | 331 |
| Итого | | 1260 | 35.21 | 40.66 | 182.18 | 1129 |

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий
 МБДОУ «Колокольчик» г. Суровикино
 Черноярова И.С.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 77ec8501155ddd520fd5feb079c22ecf2
 Владелец Черноярова Инна Сергеевна
 Действителен с 16.09.2025. по 10.12.2026.

День седьмой. 21.04.2026 (вторник)

Возраст: 1-3 года

| № | Наименование блюда | Вес блюда (грамм) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, Ккал |
|-----------------------|---|-------------------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 185 | Каша пшеничная жидкая на молоке | 130 | 4.11 | 5.58 | 23.64 | 161 |
| 1 | Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1.69 | 4.9 | 9.5 | 20 |
| 7 | Сыр «Российский» порционный | 10 | 1.55 | 1.96 | 0 | 24 |
| 392 | Чай сладкий | 150 | 1.05 | 0.01 | 8.32 | 33 |
| Итого | | 320 | 8.4 | 12.45 | 41.46 | 238 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | |
| | Сок яблочный натуральный | 130 | 0.68 | 0.13 | 13.14 | 60 |
| Итого | | 130 | 0.68 | 0.13 | 13.14 | 60 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 38 | Салат из моркови | 30 | 0.39 | 0.67 | 2.48 | 13 |
| 82 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150 | 1.62 | 1.71 | 10.28 | 63 |
| 278 | Бефстроганов из сердца говяжьего в томатном соусе | 50 | 9.99 | 9.72 | 1.68 | 130 |
| 320 | Гороховое пюре | 110 | 9.13 | 0.55 | 14.08 | 121 |
| 376 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0.33 | 0.01 | 20.82 | 85 |
| | Хлеб пшеничный 1с | 30 | 2.37 | 0.3 | 14.49 | 71 |
| | Хлеб ржаной 1с | 15 | 0.99 | 0.18 | 5.01 | 26 |
| Итого | | 535 | 24.82 | 13.14 | 68.91 | 509 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| 229 | Вареники ленивые со сметаной | 110 | 11.22 | 8.69 | 15.18 | 194 |
| | | 10 | 0.26 | 1.50 | 0.69 | 16 |
| 395 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 2.37 | 2.01 | 11.96 | 76 |
| Итого | | 270 | 13.85 | 12.20 | 27.83 | 286 |
| Итого | | 1255 | 47.75 | 37.92 | 151.34 | 1093 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ «Колокольчик» г. Суровикино
Черноярова И.С.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 77ec8501155ddd520fd5feb079c22ecf2
Владелец Черноярова Инна Сергеевна
Действителен с 16.09.2025. по 10.12.2026.

День восьмой. 22.04.2026 (среда)

Возраст: 1-3 года

| № | Наименование блюда | Вес блюда (грамм) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, Ккал |
|-----|-----------------------------------|----------------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | ЗАВТРАК | | | | | |
| 168 | Каша ячневая вязкая на молоке | 130 | 4.63 | 4.26 | 17.85 | 141 |
| 1 | Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1.69 | 4.9 | 9.5 | 20 |
| 392 | Чай сладкий | 150 | 1.05 | 0.01 | 8.32 | 33 |
| | Итого | 310 | 7.37 | 9.17 | 35.67 | 194 |
| | ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | |
| | Яблоко свежее | 100 | 0.3 | 0.4 | 11.5 | 48 |
| | Итого | 100 | 0.3 | 0.4 | 11.5 | 48 |
| | ОБЕД | | | | | |
| 33 | Салат из свеклы | 30 | 0.51 | 2.19 | 3.01 | 34 |
| 67 | Щи из свежей капусты с картофелем | 150 | 3.67 | 2.93 | 5.08 | 59 |
| 268 | Суфле рыбное | 50 | 9.12 | 1.57 | 2.31 | 46 |
| 321 | Картофельное пюре | 110 | 2.59 | 4.06 | 17.29 | 116 |
| 376 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0.33 | 0.01 | 20.82 | 85 |
| | Хлеб пшеничный 1с | 30 | 2.37 | 0.3 | 14.49 | 71 |
| | Хлеб ржаной 1с | 15 | 0.99 | 0.18 | 5.01 | 26 |
| | Итого | 535 | 19.58 | 11.24 | 68.01 | 437 |
| | ПОЛДНИК | | | | | |
| 93 | Суп молочный вермишелевый | 130 | 3.74 | 3.39 | 12.24 | 94 |
| | Печенье | 35 | 2.69 | 6.16 | 23.08 | 158 |
| 392 | Чай сладкий | 150 | 1.05 | 0.01 | 8.32 | 33 |
| | Итого | 315 | 7.48 | 9.56 | 43.64 | 285 |
| | Итого | 1260 | 34.73 | 30.37 | 158.82 | 964 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ «Колокольчик» г. Суровикино
_____ Черноярова И.С.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 77ec8501155ddd520fd5feb079c22ecf2
Владелец Черноярова Инна Сергеевна
Действителен с 16.09.2025. по 10.12.2026.

День девятый. 23.04.2026 (четверг)

Возраст: 1-3 года

| № | Наименование блюда | Вес блюда (грамм) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, Ккал |
|-----------------------|--|-------------------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 168 | Каша манная вязкая на молоке | 130 | 4.06 | 4.78 | 22.47 | 146 |
| 1 | Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1.69 | 4.9 | 9.5 | 20 |
| 7 | Сыр «Российский» порционный | 10 | 1.55 | 1.96 | 0 | 24 |
| 392 | Чай сладкий | 150 | 1.05 | 0.01 | 8.32 | 33 |
| Итого | | 320 | 8.35 | 11.65 | 40.29 | 223 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | |
| | Сок яблочный натуральный | 130 | 0.68 | 0.13 | 13.14 | 60 |
| Итого | | 130 | 0.68 | 0.13 | 13.14 | 60 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 20 | Салат из белокочанной капусты | 30 | 0.5 | 1.83 | 3.11 | 31 |
| 80 | Суп картофельный с пшенной крупой | 150 | 2.97 | 1.66 | 10.21 | 62 |
| 306 | Биточки рубленые паровые | 50 | 11.96 | 4.73 | 4.33 | 88 |
| 132 | Капуста тушеная | 110 | 2.17 | 3.54 | 10.26 | 86 |
| 376 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0.33 | 0.01 | 20.82 | 85 |
| | Хлеб пшеничный 1с | 30 | 2.37 | 0.3 | 14.49 | 71 |
| | Хлеб ржаной 1с | 15 | 0.99 | 0.18 | 5.01 | 26 |
| Итого | | 535 | 21.29 | 12.25 | 68.23 | 449 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| 447 | Блинчик с повидлом с маслом сливочным | 95 | 3.81 | 8.36 | 43.08 | 263 |
| 401 | Кефир | 150 | 4.35 | 3.75 | 6.11 | 75 |
| Итого | | 245 | 8.16 | 12.11 | 49.19 | 338 |
| Итого | | 1230 | 38.48 | 36.14 | 170.85 | 1070 |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ «Колокольчик» г. Суровикино
Черноярова И.С.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 77ec8501155ddd520fd5feb079c22ecf2
Владелец Черноярова Инна Сергеевна
Действителен с 16.09.2025. по 10.12.2026.

День десятый. 24.04.2026 (пятница)

Возраст: 1-3 года

| № | Наименование блюда | Вес блюда (грамм) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, Ккал |
|--------------|---|-------------------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 168 | ЗАВТРАК Каша вязкая из крупы пшеничной на молоке | 130 | 2.8 | 3.67 | 15.83 | 130 |
| 1 | Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1.69 | 4.9 | 9.5 | 20 |
| 392 | Чай сладкий | 150 | 1.05 | 0.01 | 8.32 | 33 |
| Итого | | 310 | 5.54 | 8.58 | 33.65 | 183 |
| | ВТОРОЙ ЗАВТРАК Яблоко свежее | 100 | 0.3 | 0.4 | 11.5 | 48 |
| Итого | | 100 | 0.3 | 0.4 | 11.5 | 48 |
| | ОБЕД Салат из моркови и яблок | 30 | 0.39 | 0.07 | 3.1 | 14 |
| 57 | Борщ с капустой и картофелем | 150 | 1.22 | 3.31 | 8.4 | 66 |
| 300 | Птица отварная | 50 | 12.5 | 3.72 | 0 | 85 |
| 406 | Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 6.13 | 5.29 | 27.88 | 118 |
| 349 | Соус томатный с овощами | 15 | 0.22 | 1.06 | 1.89 | 18 |
| 376 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0.33 | 0.01 | 20.82 | 85 |
| | Хлеб пшеничный 1с | 30 | 2.37 | 0.3 | 14.49 | 71 |
| | Хлеб ржаной 1с | 15 | 0.99 | 0.18 | 5.01 | 26 |
| Итого | | 550 | 24.15 | 13.94 | 81.59 | 483 |
| | ПОЛДНИК Омлет натуральный | 75 | 6.63 | 11.87 | 1.33 | 139 |
| | Икра кабачковая | 60 | 1.14 | 5.34 | 4.62 | 71 |
| 474 | Булочка домашняя | 40 | 2.91 | 5.07 | 21.56 | 142 |
| 376 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0.33 | 0.01 | 20.82 | 85 |
| Итого | | 325 | 11.01 | 22.29 | 48.33 | 437 |
| ИТОГО | | 1285 | 41.0 | 45.21 | 175.07 | 1151 |