

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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 77ec8501155ddd520fd5feb079e22ecf2  
Владелец Черноярова Инна Сергеевна  
Действителен с 16.09.2025. по 10.12.2026.

**День шестой. 18.05.2026 (понедельник)**

**Возраст: 1-3 года**

№	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
185	<b>ЗАВТРАК</b> 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
<b>Итого</b>		<b>320</b>	<b>8.11</b>	<b>10.66</b>	<b>37.57</b>	<b>206</b>
	<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b> Яблоко свежее	100	0.3	0.4	11.5	48
<b>Итого</b>		<b>100</b>	<b>0.3</b>	<b>0.4</b>	<b>11.5</b>	<b>48</b>
33	<b>ОБЕД</b> 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
<b>Итого</b>		<b>535</b>	<b>19.56</b>	<b>19.55</b>	<b>83.1</b>	<b>544</b>
321	<b>ПОЛДНИК</b> 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
<b>Итого</b>		<b>305</b>	<b>7.24</b>	<b>10.05</b>	<b>50.01</b>	<b>331</b>
<b>Итого</b>		<b>1260</b>	<b>35.21</b>	<b>40.66</b>	<b>182.18</b>	<b>1129</b>

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. 19.05.2026 (вторник)

Возраст: 1-3 года

№	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>						
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
<b>Итого</b>		<b>320</b>	<b>8.4</b>	<b>12.45</b>	<b>41.46</b>	<b>238</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
	Сок яблочный натуральный	130	0.68	0.13	13.14	60
<b>Итого</b>		<b>130</b>	<b>0.68</b>	<b>0.13</b>	<b>13.14</b>	<b>60</b>
<b>ОБЕД</b>						
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
<b>Итого</b>		<b>535</b>	<b>24.82</b>	<b>13.14</b>	<b>68.91</b>	<b>509</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
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
<b>Итого</b>		<b>270</b>	<b>13.85</b>	<b>12.20</b>	<b>27.83</b>	<b>286</b>
<b>Итого</b>		<b>1255</b>	<b>47.75</b>	<b>37.92</b>	<b>151.34</b>	<b>1093</b>

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. 20.05.2026 (среда)

**Возраст: 1-3 года**

№	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>						
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
<b>Итого</b>		<b>310</b>	<b>7.37</b>	<b>9.17</b>	<b>35.67</b>	<b>194</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
	Яблоко свежее	100	0.3	0.4	11.5	48
<b>Итого</b>		<b>100</b>	<b>0.3</b>	<b>0.4</b>	<b>11.5</b>	<b>48</b>
<b>ОБЕД</b>						
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
<b>Итого</b>		<b>535</b>	<b>19.58</b>	<b>11.24</b>	<b>68.01</b>	<b>437</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
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
<b>Итого</b>		<b>315</b>	<b>7.48</b>	<b>9.56</b>	<b>43.64</b>	<b>285</b>
<b>Итого</b>		<b>1260</b>	<b>34.73</b>	<b>30.37</b>	<b>158.82</b>	<b>964</b>

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. 21.05.2026 (четверг)**

**Возраст: 1-3 года**

№	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>						
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
<b>Итого</b>		<b>320</b>	<b>8.35</b>	<b>11.65</b>	<b>40.29</b>	<b>223</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
	Сок яблочный натуральный	130	0.68	0.13	13.14	60
<b>Итого</b>		<b>130</b>	<b>0.68</b>	<b>0.13</b>	<b>13.14</b>	<b>60</b>
<b>ОБЕД</b>						
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
<b>Итого</b>		<b>535</b>	<b>21.29</b>	<b>12.25</b>	<b>68.23</b>	<b>449</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
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
<b>Итого</b>		<b>245</b>	<b>8.16</b>	<b>12.11</b>	<b>49.19</b>	<b>338</b>
<b>Итого</b>		<b>1230</b>	<b>38.48</b>	<b>36.14</b>	<b>170.85</b>	<b>1070</b>

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. 22.05.2026 (пятница)

**Возраст: 1-3 года**

№	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
168	<b>ЗАВТРАК</b> 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
<b>Итого</b>		<b>310</b>	<b>5.54</b>	<b>8.58</b>	<b>33.65</b>	<b>183</b>
	<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b> Яблоко свежее	100	0.3	0.4	11.5	48
<b>Итого</b>		<b>100</b>	<b>0.3</b>	<b>0.4</b>	<b>11.5</b>	<b>48</b>
	<b>ОБЕД</b>					
38	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
<b>Итого</b>		<b>550</b>	<b>24.15</b>	<b>13.94</b>	<b>81.59</b>	<b>483</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>					
215	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
<b>Итого</b>		<b>325</b>	<b>11.01</b>	<b>22.29</b>	<b>48.33</b>	<b>437</b>
<b>ИТОГО</b>		<b>1285</b>	<b>41.0</b>	<b>45.21</b>	<b>175.07</b>	<b>1151</b>