

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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

День первый. 08.06.2026 (понедельник)

Возраст: 1-3 года

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
168	ЗАВТРАК Каша гречневая вязкая на молоке	130	7.66	4.40	37.66	176
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	11.9	11.27	55.48	253
399	ВТОРОЙ ЗАВТРАК Сок натуральный яблочный	130	0.68	0.13	13.14	60
Итого		130	0.68	0.13	13.14	60
20	ОБЕД Салат из белокочанной капусты	30	0.5	1.83	3.11	31
81	Суп картофельный с бобовыми	150	6.82	3.37	8.90	64
317	Макаронные изделия отварные	110	4.07	3.63	21.66	135
300	Птица тушеная с овощами	50	11.3	8.5	3.87	124
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	26.38	17.82	77.86	536
321	ПОЛДНИК Суп молочный с рисом	130	1.99	3.12	13.28	89
376	Компот из смеси сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	85
458	Булочка домашняя	40	2.91	5.07	21.56	142
Итого		320	5.2	8.2	55.66	316
Итого		1305	44.16	37.42	202.14	885

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 второй. 09.06.2026 (вторник)

Возраст: 1-3 года

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
185	ЗАВТРАК Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	130	5.37	5.75	20.11	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		310	8.11	10.66	48.54	206
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК Яблоко свежее	100	0.3	0.4	11.5	48
Итого		100	0.3	0.4	11.5	48
	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
284	Оладьи из печени говяжьей	50	9.7	1.7	2.76	78
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	17.71	11.75	71.78	476
237	ПОЛДНИК Запеканка из творога с морковью со сметаной	100 10	11.66 0.26	10.29 1.51	23.78 0.69	234 16
395	Кофейный напиток с молоком	150	2.37	2.01	11.96	76
Итого		260	14.29	13.83	36.43	326
Итого		1205	40.41	36.58	168.25	1056

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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

День третий. 10.06.2026 (среда)

Возраст: 1-3 года

№ рецеп-туры	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
7	Сыр «Российский» порционный	10	1.55	1.96	0	24
392	Чай сладкий	150	1.05	0.01	8.32	33
Итого		320	8.92	11.13	35.67	218
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
	Сок натуральный яблочный	130	0.68	0.13	13.14	60
Итого		130	0.68	0.13	13.14	60
	ОБЕД					
38	Салат из моркови и яблок	30	0.39	0.07	3.1	14
80	Суп картофельный с пшенной крупой	150	1.47	1.66	10.21	62
305	Котлета рубленая	50	11.67	6.14	3.21	121
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	19.39	10.17	53.79	209
	ПОЛДНИК					
93	Суп молочный вермишелевый	130	3.74	3.39	12.24	94
	Пряник сливочный	40	0.22	1.84	30.6	14
392	Чай сладкий	150	1.05	0.01	8.32	33
Итого		320	5.01	5.24	51.16	141
Итого		1305	34.0	26.67	153.76	628

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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

День четвертый. 11.06.2026 (четверг)

Возраст: 1-3

года

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
168	ЗАВТРАК Каша вязкая из крупы «полтавской» на молоке	130	2.7	3.56	15.63	129
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	5.44	8.47	33.45	182
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК Яблоко свежее	100	0.3	0.4	11.5	48
Итого		100	0.3	0.4	11.5	48
	ОБЕД 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
304	Плов из птицы	160	9.85	6.58	19.84	178
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	17.72	12.19	68.25	453
447	ПОЛДНИК 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		1190	31.62	33.17	162.39	1021