

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. 15.06.2026 (понедельник)

Возраст: 3-7 лет.

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
185	ЗАВТРАК Каша из овсяных хлопьев жидкая на молоке	200	8.26	8.85	30.39	236
1	Бутерброд с маслом сливочным	40	2.45	7.55	14.62	136
392	Чай сладкий	180	0.06	0.02	9.99	40
Итого		420	11.11	16.42	55.0	412
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК Яблоко свежее	120	0.48	0.48	11.76	56
Итого		120	0.48	0.48	11.76	56
33	ОБЕД Салат из свеклы	50	0.86	3.65	5.02	56
57	Борщ с капустой и картофелем	200	1.63	4.0	11.29	88
317	Макаронные изделия отварные	130	4.81	4.29	25.6	160
278	Бефстроганов из отварного мяса с томатным соусом	70	14.1	13.9	2.39	178
376	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0.02	24.99	102
	Хлеб пшеничный 1с	40	3.16	0.4	19.32	95
	Хлеб ржаной 1с	20	1.32	0.24	6.68	35
Итого		690	30.28	26.5	95.29	614
321	ПОЛДНИК Картофельное пюре	150	3.53	5.53	23.58	158
395	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91
458	Ватрушка с повидлом	45	2.28	3.98	20.76	139
Итого		375	8.66	11.92	58.70	388
Итого		1605	50.53	55.32	220.75	1470

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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

День седьмой. 16.06.2026 (вторник)

Возраст: 3-7 лет.

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
185	Каша пшеничная жидкая на молоке	200	6.32	5.51	36.38	247
1	Бутерброд с маслом сливочным	40	2.45	7.55	14.62	136
7	Сыр «Российский» порционный	15	2.32	2.95	0	36
392	Чай сладкий	180	0.06	0.02	9.99	40
	Итого	435	11.15	16.03	68.61	459
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
	Сок яблочный натуральный	150	0.6	0.6	14.7	70
	Итого	150	0.6	0.6	14.7	70
	ОБЕД					
38	Салат из моркови	50	0.65	0.11	4.13	21
82	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.16	2.27	13.71	84
278	Бефстроганов из сердца говяжьего в томатном соусе	70	13.98	13.61	2.36	182
320	Гороховое пюре	130	9.1	0.65	22.1	143
376	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0.02	24.99	102
	Хлеб пшеничный 1с	40	3.16	0.4	19.32	95
	Хлеб ржаной 1с	20	1.32	0.24	6.68	35
	Итого	690	30.77	17.30	93.29	662
	ПОЛДНИК					
229	Вареники ленивые со сметаной	150	15.3	11.85	20.7	265
		15	0.39	2.25	1.04	24
395	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91
	Итого	345	18.54	16.51	36.10	380
	Итого	1620	60.96	50.44	212.7	1571

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. 17.06.2026 (среда)

Возраст: 3-7 лет.

№№ рецеп- туры	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
168	Каша ячневая вязкая на молоке	200	7.12	6.55	27.47	217
1	Бутерброд с маслом сливочным	40	2.45	7.55	14.62	136
392	Чай сладкий	180	0.06	0.02	9.99	40
	Итого	420	9.63	14.12	52.08	393
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
	Яблоко свежее	120	0.48	0.48	11.76	56
	Итого	120	0.48	0.48	11.76	56
	ОБЕД					
33	Салат из свеклы	50	0.86	3.65	5.02	56
67	Щи из свежей капусты с картофелем	200	4.89	3.91	6.78	78
268	Суфле рыбное	70	12.75	1.2	3.23	64
321	Картофельное пюре	130	3.06	4.8	20.44	137
376	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0.02	24.99	102
	Хлеб пшеничный 1с	40	3.16	0.4	19.32	95
	Хлеб ржаной 1с	20	1.32	0.24	6.68	35
	Итого	690	26.44	14.22	86.46	433
	ПОЛДНИК					
93	Суп молочный вермишелевый	200	5.75	5.21	18.84	145
	Печенье	35	2.69	6.16	23.06	158
392	Чай сладкий	180	0.06	0.02	9.99	40
	Итого	415	8.50	11.39	51.89	343
	Итого	1645	45.05	70.21	202.19	1225

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 девятый. 18.06.2026 (четверг)

Возраст: 3-7 лет.

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
168	ЗАВТРАК Каша манная вязкая на молоке	200	6.24	6.37	34.57	224
1	Бутерброд с маслом сливочным	40	2.45	7.55	14.62	136
7	Сыр «Российский» порционный	15	2.32	2.95	0	36
392	Чай сладкий	180	0.06	0.02	9.99	40
Итого		435	11.07	16.89	59.10	436
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК Сок яблочный натуральный	150	0.6	0.6	14.7	70
Итого		150	0.6	0.6	14.7	70
20	ОБЕД Салат из белокочанной капусты	50	0.84	3.05	5.19	52
80	Суп картофельный с пшениной крупой	200	3.96	2.21	13.61	82
306	Биточки рубленые паровые	70	16.74	6.62	6.07	123
132	Капуста тушеная	130	2.57	4.18	12.13	102
376	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0.02	24.99	102
	Хлеб пшеничный 1с	40	3.16	0.4	19.32	95
	Хлеб ржаной 1с	20	1.32	0.24	6.68	35
Итого		690	28.99	16.72	82.79	539
447	ПОЛДНИК Блинчик с повидлом с маслом сливочным	110	4.41	9.36	49.08	305
401	Кефир	180	5.22	5.0	8.0	90
Итого		290	9.63	14.36	57.08	395
Итого		1565	50.29	48.57	213.57	1440

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. 19.06.2026 (пятница)

Возраст: 3-7 лет.

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
			Б	Ж	У	
168	ЗАВТРАК Каша вязкая из крупы «полтавской» на молоке	200	4.22	0.47	24.05	178
1	Бутерброд с маслом сливочным	40	2.45	7.55	14.62	136
392	Чай сладкий	180	0.06	0.02	9.99	40
Итого		420	6.73	8.04	48.66	354
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК Яблоко свежее	120	0.48	0.48	11.76	56
Итого		120	0.48	0.48	11.76	56
	ОБЕД Салат из моркови и яблок	50	0.65	0.11	5.17	24
57	Борщ с капустой и картофелем	200	1.63	4.0	11.29	88
300	Птица отварная	70	17.5	5.18	0	119
406	Каша гречневая рассыпчатая	130	7.25	6.27	32.95	139
349	Соус томатный с овощами	15	0.22	1.06	1.89	18
376	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0.02	24.99	102
	Хлеб пшеничный 1с	40	3.16	0.4	19.32	95
	Хлеб ржаной 1с	20	1.32	0.24	6.68	35
Итого		705	32.13	21.50	102.29	620
	ПОЛДНИК Омлет натуральный	85	7.52	13.46	1.51	157
	Икра кабачковая	70	0.7	4.9	4.9	68
474	Булочка домашняя	40	2.91	5.07	21.56	142
376	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0.02	24.99	102
Итого		375	11.53	23.45	52.96	469
ИТОГО		1620	50.87	53.47	215.61	1499