МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 7 ГОРОДСКОГО ОКРУГА-ГОРОД КАМЫШИН

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 7 ГОРОДСКОГО ОКРУГА-ГОРОД КАМЫШИН
DN: c=RU, st=Волгоградская область, street=11 квартал, д. 9А, l=Камышин, title=Заведующий, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 7 ГОРОДСКОГО ОКРУГА-ГОРОД КАМЫШИН, 1.2.643.100.1=120D313032333430343936383233334, 1.2.643.100.3=120B303135333432363837323 9, 1.2.643.100.4=120A333433363130363433 34, 1.2.643.3.131.1.1=120C333433363032313032363430, email=kobra-k63@yandex.ru, givenName=Лариса Анатольевна, sn=Половко, cn=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 7 ГОРОДСКОГО ОКРУГА-ГОРОД КАМЫШИН
Дата: 2026.04.17 11:23:45 +03'00'

Предлагаемое 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования посещающих Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение городского округа-город Камышин / 2026г./148,30руб./

с 01 апреля

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО г. Камышин "Комбинат социального питания"

_____ **Н.И. Садыхов**

"___" _____ 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ

_____

"___" _____ 2026г.

3-7г. 2026г. 148,30 р. с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак								
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ И МАСЛОМ	180	4,08	17,08	29,76	289	0,037	№206
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	2,6	№392
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
	ПОВИДЛО	30	0,08	0	8	38		сб.2011
		430	0	0	0	0	0	
11 Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,3	0	14,5	55,6	0,34	№376
		100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП С КАРТОФЕЛЕМ И С КЛЕЦКАМИ	180	14,785	11,86	29,51	296,3	0,45	№85
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	13,26	11,565	39,65	303,88	7,34	№302
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
		590	0	0	0	0	0	
Полдник	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ 2	180	6,594	13,272	24,184	239,89	1,35	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	2,6	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	40	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
		420	0	0	0	0	0	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	2,6	№392
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,12	4,64	0,28	63,48		№213
	БАТОН	30	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
		270	0	0	0	0	0	
Итого за 1 день:	белки-54,53 жиры-60,09 углеводы-261,99 ккал.-1800,83	1810	54,53	60,09	261,99	1800,83	17,66	

3-7г. 2026г. 148,30 р.

с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 2								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	4,85	4,02	19,7	135,1	0,9	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40		№392
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	400	0	0	0	0	0	
		100	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
ОБЕД	СУП ЛАПША С КУРИЦЕЙ	100	0	0	0	0	0	
	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ В СОУСЕ №355	180	6,06	6,8	8,03	194,91	5,34	№86
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	90	10,64	21,2	9,38	177,3	0,3	№308
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	110	2,75	4,62	16,17	116,6	0,2	№321
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	200	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
		25	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
Полдник	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	625						
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	200	7,28	9,8	35,97	145,6	1	№591
		50	5,65	3,23	23,85	169,72	0,03	№466
Ужин	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО ПРОТЕРТОГО МЯСА	250	0	0	0	0	0	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	65	6,1	2,82	15,62	230,22	0,24	№277
	ЧАЙ С САХАРОМ	130	1,1	6	8,405	95,003	0	№317
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,06	0,02	9,99	40		№392
		20	2,43	0,3	14,64	72,6		сб.2011
		415	0	0	0	0	0	
Итого за 2 день:	белки-54,07 жиры-60,04 углеводы-261,29 к/кал.-1800,81	1790	54,07	60,04	261,29	1800,81	8,69	

3-7г. Зима 2026г. 148,30 р. с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 3								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	180	4,14	3,06	29,06	189,8	0,75	№93
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ /Батон/	50	2,58	18,36	16,6	256,86	0,13	№3
		430	0	0	0	0	0	
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	42	2	№399
		100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	11,88	6,16	28,21	265,66	7,59	№81
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ПО КУПЕЧЕСКИ С КУРИЦЕЙ	160	9,82	6,13	20,94	191,36	0,56	ТТК-96
	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,65	1,75	4,25	48		сб.2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
		640						
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,12	4,64	0,28	63,48	0,7	№213
	БАТОН	30	1,6	0,58	10,4	49,2	14	сб.2011
		270	0	0	0	0	0	0
Ужин	БЛИНЧИКИ	100	5	7	22	170	0,05	№447
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	20	1,44	1,7	11,2	64		сб.2011
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	7,28	9,8	35,97	145,6	1	№591
		320	0	0	0	0	0	
Итого за 3 день:	белки-54,98 жиры-60,25 углеводы-261,73 к/кал.-1800,44	1760	54,98	60,25	261,73	1800,44	27,18	

3-7г. 2026г. 148,30 р.

с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 4								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,56	3,78	45,1	211,18	0,7	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	7	0,08	0,25	0,13	66,1	0	сб.2011г
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011г
		407	0	0	0	0	0	
11 Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
		100	0	0	0	0	0	
Обед	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	7,1	5,67	19,72	264,1	5,34	№57
	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	160	8,55	16,24	17,6	305,02	22	№304
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
		580	0	0	0	0	0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	50	2,1	6,45	12,8	117,5	0,2	№454
		250	0	0	0	0	0	
Ужин	ЗРАЗА РЫБНАЯ С СОУСОМ №348	100	17,43	22,02	19,35	116,2	0,25	№265
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	2,21	4,68	12,74	143,6	0,03	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
		430	0	0	0	0	0	
Итого за 4 ден	белки-54,73 жиры-60,66 углеводы-261,59 к/кал.-1800,06	**1767**	**54,73**	**60,66**	**261,59**	**1800,06**	**29,29**	

3-7г. 2026г. 148,30 р. с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Знерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 5								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	9,86	15,9	25,72	297,5	1,7	№94
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
	СЫР	10	2,6	2,65	0,35	35,5		сб.2011
		410	0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
		100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	180	11,6	19,11	20,78	291,12	14,3	№82
	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	145	8,181	7,362	25,8	299,53	5,97	№276
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
		585	0	0	0	0	0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	145	5,38	3,653	28,59	195,3	0,02	№458
		245	0	0	0	0	0	
Ужин	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ №354	100	2,43	0,3	14,64	72,6	0	№236
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	7,28	9,8	35,97	145,6	0,12	№591/96
		300	0	0	0	0	1	
Итого за 5 ден	белки-54,54 жиры-60,03 углеводы-261,37 к/кал.-1800,91	1640	54,54	60,03	261,37	1800,91	23,85	

3-7г. 2026г. 148,30 р.

с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 6								
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	7,237	19,186	21,23	157,36	0,037	ТТК-16
	ЧАЙ С САХАРОМ 0,	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	БАТОН 1	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0,1	сб.2011
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	400	0	0	0	0	0	
		100	0,54	0	26,1	100,08	0,36	№376
Обед	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	100	0	0	0	0	0	
	ТЕФТЕЛИ В СОУСЕ №348 ,1	180	5,402	6,56	27	183,4	16	№67
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	90	8,181	7,362	23,92	262,53	5,97	№287
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	130	2,066	3,69	10,313	199,94	18,45	№314
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,36	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 2,	20	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
		20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
Полдник	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ №354	620	0	0	0	0	0	
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	150	6,29	10,75	4,05	169,1	0,9	№237
		180	7,28	9,8	35,97	145,6	0,12	№591/96
Ужин	ОВОЩНОЕ РАГУ 8,	330	0	0	0	0	0	
	ЧАЙ С САХАРОМ 0,	130	8,54	11,13	16,7	156,51	0,58	№344
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
		20	1,98	0,33	12,3	61,8	0,1	сб.2011
Итого за 6 ден	белки-54,19 жиры-60,06 углеводы-261, к/кал.-1800	350	0	0	0	0	0	0
		1800	54,19	60,06	261,00	1800,00	43,04	

3-7г. 2026г. 148,30 р.

с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 7								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	2,38	2,917	8,08	229,5	0,7	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
		400	0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,3	0	14,5	55,6	0,34	№376
		100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП РИСОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	180	6,443	7,537	18,25	194,94	8,4	№80
	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	70	9,66	19,89	20,39	215,7	0	№305
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	10	0,54	2,91	1,65	34,47	0,02	№355
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1,1	6	8,405	95,003	0	№317
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
		630	0	0	0	0	0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	9,06	3,37	37,99	255,42	0,13	№460
		250	0	0	0	0	0	
Ужин	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ №348	80	11,6	8,57	23,95	148,05	0,3	№261
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4,6	7,52	22,1	106,6	0,1	№314
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
		430	0	0	0	0	0	
Итого за 7 ден	белки-54,39 жиры-60,31 углеводы-261,03 к/кал.-1800,76	1810	54,39	60,31	261,03	1800,76	10,42	

3-7г. 2026г. 148,30 р. с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 8								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	180	3,94	7,56	30,8	137,38	1,02	№94
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
	СЫР	10	3,9	3,975	0,525	53,25		сб.2011
		410	0	0	0	0	0	0
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	42	1	№399
		100	0	0	0	0	0	0
Обед	СУП ПШЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	180	3,06	4,63	6,3	185	7,6	№80
	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	4,98	5,12	10,04	149,1	0,5	№282
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	3,49	0,65	10,88	187,94	18,45	№317
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
		620	0	0	0	0	0	
Полдник	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	12,7	13,5	57,89	192,7	0,12	№591/96
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	5,38	3,653	28,59	195,3	0,02	№458
		245	0	0	0	0	0	
Ужин	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ В СОУСЕ № 355	145	4,93	17,45	8,2	172,045	0,5	№133-2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,67	2,34	9,91	89	1,2	№392
		365	0	0	0	0	0	
Итого за 8 ден	белки-54,49 жиры-60,81 углеводы-261,01 к/кал.-1800	1740	54,49	60,81	261,01	1800,00	30,78	

3-7г. 2026г. 148,30 р.

с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Знерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 9								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	8,358	11,502	51,29	271,26	0,9	№215
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011г
		325	0	0	0	0	0	0
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,3	0	14,5	55,6	0,36	№376
Обед		100	0	0	0	0	0	
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	8,6	9,85	44,3	298,01	7,6	№76
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	165	10,42	21,89	5,76	242	0,09	№336
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,54	0	26,1	100,08	0,36	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
		605	0	0	0	0	0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10	2,6	2,65	0,35	35,5	3,48	сб.2011
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	5,65	3,23	23,85	169,72		№466
		260	0	0	0	0	0	
Ужин	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	9,28	9,927	8,08	229,5	0,7	17,18
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	0	0	15,66	62,46	0,03	№591/96
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
		400	0	0	0	0	0	
Итого за 9 ден	белки-54,31 жиры-60,6 углеводы-261,85 к/кал.-1800,31	1690	54,31	60,60	261,85	1800,33	13,58	

3-7г. 2026г. 148,30 р. с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 10								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	18,48	15,52	25,65	342,1	0,9	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
		400	0	0	0	0	0	
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	42	1	№399
		100	0	0	0	0	0	
Обед	ЩИ ПО УРАЛЬСКИ	200	6,917	15,12	25,188	258,63	16	№7
	ОЛАДЬИ ПЕЧЕНОЧНЫЕ	65	10,59	14,65	38,21	306	6	425-96г
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,75	4,62	16,17	116,6	0,2	№311
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,54	0	26,1	100,08	0,36	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
		635	0	0	0	0	0	
Полдник	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40	0,32	0,32	27,9	116	3,48	№434
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
		240	0	0	0	0	0	
Ужин	СВЕКЛА С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	90	5,1	8,78	6,21	119,14		№36
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011г
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
		310	0	0	0	0	0	
Итого за 10 де	белки-54,55 жиры-60,70 углеводы-261,42 к/кал.-1800,16	1685	54,55	60,70	261,42	1800,15	28,03	
		17492	544,77	603,54	2614,27	18004,29		

Меню разработано на основании Сборника рецептур 2011г. блюд и кулинарных изделий в дошкольных организациях редактор Могильный М.П.