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=120A333433363130363433334, 1.2.643.3.131.1.1=120C333433336303231303236343 0, 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 11:24:28 +03'00'

Предлагаемое 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования посещающих Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение городского округа-город Камышин / 2026г./130,60руб./

с 01 апреля

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО г. Камышин
"Комбинат социального питания"

_____Ч.И. Садыхов

"____" _____2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ

_____

"____" _____2026 г.

1-3г. 2026г. 130,60 р.

с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецепту
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ И МАСЛОМ	130	3,4	15,41	9,8	177,5	0,03	№206
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	2,46	№392
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
	ПОВИДЛО	20	0,08	0	8	38	0	сб.2011
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	350	0	0	0	0	0	
		100	0,3	0	14,5	55,6	0,34	№376
Обед	СУП С КАРТОФЕЛЕМ И С КЛЕЦКАМИ	100	0	0	0	0	0	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	13,856	8,42	22,5	180,68	0,36	№85
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	130	4,57	0,18	12,666	194,5	7,34	№302
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	180	0,54	2	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,98	0,33	13,35	61,8	0	сб.2011
		20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
Полдник	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ	510	0	0	0	0	0	
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	3,334	3,04	16,07	165,1	1,27	№168
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,06	0,02	9,99	40	2,46	№392
Ужин		20	2,43	0,3	14,64	72,6	0,01	сб.2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	350	0	0	0	0	0	
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	180	0,06	0,02	9,99	40	2,46	№392
	БАТОН	40	5,12	4,64	0,28	63,48	0	№213
		20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
Итого за 1 день:	белки-42,07 жиры-47,84 углеводы-203,32 к/кал.-1400,34	240	0	0	0	0	0	
		1550	41,42	47,84	203,32	1400,34	17,07	

1-3г. 2026г. 130,60 р. с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (г)			энерг.	Витами	№
			Б	Ж	У	к/кал.	н С	рецепту
День 2								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	2,31	3,45	3,78	121	0,7	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
		350	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	СУПРАШША С КУРИЦЕЙ	150	4,82	6	4,3	116,6	5,34	№86
	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ В СОУСЕ №365	75	3,1	10,48	3,85	112,4	0,5	№308
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,75	4,62	11,26	116,6	0,2	№321
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	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
		555	0	0	0	0	0	
Полдник	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	150	7,28	9,8	35,97	145,6	1	№591/96
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	5,65	3,23	23,85	169,72		№466
		200	0	0	0	0	0	
Ужин	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО ПРОТЕРТОГО МЯСА	55	5,76	2,31	6,25	100	0,24	№277
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	1,1	6	5,405	65,003	0	№317
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
		365	0	0	0	0	0	0
Итого за 2 день:	белки-42,41 жиры-47,68 углеводы-203,52 к/кал.-1400,14	1570	42,41	47,44	203,52	1400,14	8,72	

1-3г.2026г. 130,60 р. с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецепту
			Б	Ж	У			
День 3								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	3,45	2,55	11,66	102,78	0,5	№93
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ /Батон/	40	2,58	8,56	10,6	230,13	0,13	№3
II Завтрак		370	0	0	0	0	0	
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	42	2	№399
Обед		100	0	0	0	0	0	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	4,27	6,88	7,37	98,86	5,94	№81
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ПО КУПЕЧЕСКИ С КУРИЦЕЙ	130	5,12	3,25	6,81	72,35	0,56	ТТК-96
	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	20	0,65	1,75	4,25	48	0,5	сб.2011г.
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	25	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011г.
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011г.
		530	0	0	0	0	0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	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	20	1,6	0,58	10,4	49,2		сб.2011
		240	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.2011г.
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	150	7,28	9,8	35,97	145,6	1	№591/96
		270	0	0	0	0	0	
Итого за 3 день:	белки-41,98 жиры-47,78 углеводы-203,36 ккал.-1400,88	1510	41,98	47,78	203,36	1400,88	11,78	

1-3г. 2026г. 130,60 р. с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецепту
			Б	Ж	У			
День 4								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,72	3,36	15,41	159,04	0,7	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	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
		357	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	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	5,7	4,35	8,1	160,9	4,18	№57
	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	7,41	13,13	14,3	161,52	11	№304
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011г
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011г
		500	0	0	0	0	0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	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
		230	0	0	0	0	0	
Ужин	ЗРАЗА РЫБНАЯ С СОУСОМ №348	90	8,873	14,28	8,257	79,44	0,25	№265
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	1,7	3,6	9,8	80		№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011г
		400	0	0	0	0	0	
Итого за 4 дн	белки-42,28 жиры-46,99 углеводы-202,95 к/кал.-1400,86	1587	42,28	46,99	202,95	1400,86	17,10	

1-3г. 2026г. 130,60 р. с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецепту
			Б	Ж	У			
День 5								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	6,06	11,25	4,05	138,5	1,3	№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
		380	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 ЗЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	4,71	7	6,78	130,36	14,3	№82
	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	110	4,26	3,182	4	218,9	5,97	№276
	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
		500	0	0	0	0	0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	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	4,43	8,3	14,64	72,6	0	№236
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	150	7,28	9,8	35,97	145,6	0,12	№591/96
		250	0	0	0	0	1	
Итого за 5 дн	белки-41,93 жиры-47,09 углеводы-203,9 к/кал-1400,52	1475	41,93	47,09	203,90	1400,52	23,45	

1-3г. 2026г. 130,60 р.

с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецепту
			Б	Ж	У			
День 6								
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И САХАРОМ	150	3,63	3,538	4,953	135,9	0,03	ТТК-16г
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	350	0	0	0	0	0	
		100	0,4	0,4	9,8	42	2	№399
Обед	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	100	0	0	0	0	0	
	ТЕФТЕЛИ В СОУСЕ №348	150	5,302	5,12	5,05	130,67	5,94	№67
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	75	5,35	6,182	23,62	120,3	5,97	№287
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	110	1,86	4,213	5,485	67,6	15,446	№314
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,98	0,33	13,35	61,8	0	сб.2011
		20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
Полдник	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ №354	555	0	0	0	0	0	0
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	100	4,08	8,77	3,03	181,65	0,77	№237
		180	7,28	9,8	35,97	145,6	0,12	№591/96
Ужин	ОВОЩНОЕ РАГУ	280	0	0	0	0	0	
	ЧАЙ С САХАРОМ	100	5,54	7,43	15,98	140	0,58	№344
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
		20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
Итого за 6 дн	белки-42,54,жиры-47,00,углеводы-203,к/кал.-1400	300	0	0	0	0	0	
		1585	42,54	47,00	203,00	1400,00	31,26	

1-3г. 2026г. 130,60 р.

с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	№ п.	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецепту
				Б	Ж	У			
День 7									
I Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	9	150	4,38	7,917	2,08	119,5	0,7	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	2	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	БАТОН	9	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
			350	0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	5	100	0,3	0	14,5	55,6	0,34	№376
			100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП РИСОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	0	150	3,163	4,337	9,76	110,6	8,4	№80
	КОТЛЕТА ИЗ КУРИЦЫ	4	60	4,46	14,379	5,37	84,8	0	№305
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	0	15	0,54	2,91	1,65	34,47	0,02	№355
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	0	110	1,1	6	5,405	65,003	0	№317
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	1	180	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	1	30	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
			565	0	0	0	0	0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	2	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	9	50	9,06	3,37	37,99	255,42	0	№460
			230	0	0	0	0	0	
Ужин	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ №348	8	70	8,5	6,475	9,875	136,33	0,29	№261
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	4	110	2	0,4	9	62	0,1	№314
	ЧАЙ С САХАРОМ	2	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0,01	сб.2011
			380	0	0	0	0	0	
Итого за 7 дн	белки-42,66 жиры-47,36 углеводы-203,68 к/кал.-1400	0	1625	42,66	47,36	203,68	1400,00	10,29	

1-3г. 2026г. 130,60 р. с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецепту
			Б	Ж	У			
День 8								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	150	2,95	2,3	5,15	106,4	1,02	№94
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	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
		360	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	СУП ПШЕННЫЙС КАРТОФЕЛЕМ	150	5,46	4,5	5,25	71,4	7,6	№80
	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	3,52	4,86	7,8	127,8	0,5	№282
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	2,03	0,55	5,73	131,71	15,446	№317
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	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
		540	0	0	0	0	0	
Полдник	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	150	7,28	9,8	35,97	145,6	0,12	№591/96
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	5,38	3,653	28,59	195,3	0,02	№458
		195	0	0	0	0	0	
Ужин	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ В СОУСЕ № 355	115	4,14	16,885	7,095	108,395	0,5	№133-2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
		315	0	0	0	0	0	
Итого за 8 дн	белки-42,86 жиры-47,15 углеводы-203,8 к/кал.-1400,39	1510	42,86	47,15	203,80	1400,39	26,61	

1-3г. 2026г. 130,60 р. с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда		выход	Пищевые вещества (Г)			Знерг. к/кал.	Витамин С	№ рецепту
				Б	Ж	У			
День 9									
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	6	85	3,808	7,532	9,67	118,63	0	№215
	ЧАЙ С САХАРОМ	4	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011г
			305	0	0	0	0	0	0
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	5	100	0,3	0	14,5	55,6	0,34	№376
			100	0	0	0	0	0	
Обед	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	3	150	5,96	7,367	9,5	127,34	5,94	№76
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	6	125	3,552	7,054	9,08	122,63	3,87	№336
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	0	180	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	1	20	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011г
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011г
			495	0	0	0	0	0	
полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	4	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	5	10	2,6	2,65	0,35	35,5	0,13	сб.2011г
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	7	50	5,65	3,23	23,85	169,72		№466
			260	0	0	0	0	0	
Ужин	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	9	150	4,38	7,917	2,08	189,5	0,7	№185
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	3	150	7,28	9,8	35,97	145,6	1	№591/96
	БАТОН	9	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011г
			320	0	0	0	0	0	
Итого за 9 дн	белки-42,63 жиры-47,1 углеводы-203,06 к/кал.-1400,82	0	1480	42,63	47,1	203,06	1400,8	12,38	

1-3г. 2026г. 130,60 р. с 01 апреля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (Г)			Знерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 10								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	9,05	6,03	9,8	239,4	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.2011г
		370	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	150	6,27	14,425	14,608	141,25	13,3	№72
	ОЛАДЬИ ПЕЧЕНОЧНЫЕ	50	8,64	12,06	6,12	126,45	0	425-96г
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	2,75	4,62	16,17	116,6	0,2	№321
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,3	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	13,35	61,8	0	сб.2011г
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011г
		520	0	0	0	0	0	
Полдник	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40	0,32	0,32	27,9	116	3,48	№454
	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	70	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	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
		270	0	0	0	0	0	
		1500	42,52	47,93	203,95	1400,52	19,27	
Итого за 10 дней		15392	423,24	473,67	2034,52	14004,45		

белки-42,52 жиры-47,93 углеводы-203,95 к/кал.-1400,52

Меню разработано на основании Сборника рецептур 2011г. блюд