

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 Детский сад № 45  
 городского округа – город Камышин  
 (МБДОУ Дс № 45)

**Утверждено**  
 Директором ООО г.Камышин  
 «Комбинат социального-питания»  
 Ч.И.Садыхов

**Согласовано**  
 Заведующий МБДОУ Дс № 45  
 \_\_\_\_\_ Лир В.И..  
 2026г.

**Ежедневное меню основного питания**

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
 Детский сад № 45  
 городского округа – город Камышин

На \_\_\_\_\_ 2026 года

Возрастная категория: 3-7 лет.

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 11-12 часов.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (г)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 10</b>								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,82	9,55	25,65	242,1	0,9	№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	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	№72
	ОЛАДЬИ ПЕЧЕНОЧНЫЕ	70	10,08	13,57	7,14	174,92	6	425-96г
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,75	4,62	16,17	116,6	0,2	№321
	КОМПЮТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	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
			620	0	0	0	0	
Полдник	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40	0,32	0,32	27,9	116	3,48	№454
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	0	0	15,66	62,46	0,03	№591/96
		240	0	0	0	0	0	
Ужин	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,12	4,64	0,28	63,48	0,7	№213
	Свекла с огурцом салат	100	2,21	4,68	12,74	104		№45
	БАТОН	33	1,6	0,58	10,4	49,2	0,01	сб.2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
			373	0	0	0	0	
Итого за 10 день:	белки-54,55 жиры-60,70 углеводы-261,42 к/кал.-1800,16	1733	42,89	54,73	234,35	1593,07	28,74	

Ответственный за организацию питания  
 Повар-бригадир

И.В.Стёпина  
 Кобылецкая Б.Л  
 Л.А.Свищёва

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 Детский сад № 45  
 городского округа – город Камышин  
 (МБДОУ Дс № 45)

**Утверждено**  
 Директором ООО г.Камышин  
 «Комбинат социального питания»  
 Ч.И.Садыхов

**Согласовано**  
 Заведующий МБДОУ Дс № 45  
 \_\_\_\_\_ Лир В.И..  
 2026г.

**Ежедневное меню основного питания**

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
 Детский сад № 45  
 городского округа – город Камышин

На \_\_\_\_\_ 2026 года

Возрастная категория: 1-3 года.

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 11-12 часов.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С
			Б	Ж	У		
<b>День 10</b>							
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,82	9,55	3,04	139,4	0,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0
		<b>350</b>	0	0	0	0	0
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	42	1
		<b>100</b>	0	0	0	0	0
Обед	ЩИ ПО УРАЛЬСКИ	150	6,27	14,425	14,608	141,25	13,3
	ОЛАДЬИ ПЕЧЕНОЧНЫЕ	60	8,64	12,06	6,12	87,36	0
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	2,75	4,62	16,17	116,6	0,2
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	13,35	61,8	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0
		<b>530</b>	0	0	0	0	0
Полдник	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40					
			0,32	0,32	27,9	116	3,48
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180					1
		<b>220</b>	0	0	0	0	0
Ужин	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,12	4,64	0,28	63,48	0,7
	Свекла с огурцом салат	90	1,7	3,6	9,8	80	
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0,01
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03
			<b>330</b>	0	0	0	0
<b>Итого за 10 день:</b>	<b>белки-42,52 жиры-47,93 углеводы-203,95 к/кал.-1400,52</b>	<b>1530</b>	<b>37,29</b>	<b>51,45</b>	<b>198,25</b>	<b>1261,43</b>	<b>20,95</b>

Ответственный за организацию питания  
 Повар-бригадир

И.В.Стёпина  
 Кобылецкая Б.Л.  
 Л.А.Свищёва