

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..  
2025г.

**Ежедневное меню основного питания**

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
Детский сад № 45

городского округа – город Камышин

На \_\_\_\_\_ 2025 года

Возрастная категория: 3-7 лет.

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

| Прием пищи           | Наименование блюда                                    | выход | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерг.<br>к/кал. | Витамин<br>С | №<br>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                | 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           |
|                      | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                                      | 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                | 0            |                |
| Итого за 10<br>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  
Т.Э.Голова  
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..  
2025г.

**Ежедневное меню основного питания**

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

На \_\_\_\_\_ 2025 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>           |                                                       |             |                      |        |        |               |           |
| <b>Завтрак</b>           | 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         |
|                          |                                                       | 350         | 0                    | 0      | 0      | 0             | 0         |
| <b>II Завтрак</b>        | СОК ФРУКТОВЫЙ                                         | 100         | 0,4                  | 0,4    | 9,8    | 42            | 1         |
|                          |                                                       | 100         | 0                    | 0      | 0      | 0             | 0         |
| <b>Обед</b>              | ЩИ ПО УРАЛЬСКИ                                        | 150         | 6,27                 | 14,425 | 14,608 | 141,25        | 13,3      |
|                          | ОЛАДЫ 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         |
|                          |                                                       | 530         | 0                    | 0      | 0      | 0             | 0         |
|                          |                                                       |             |                      |        |        |               |           |
| <b>Полдник</b>           | ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С ПОВИДЛОМ                            | 40          |                      |        |        |               |           |
|                          |                                                       |             | 0,32                 | 0,32   | 27,9   | 116           | 3,48      |
|                          | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ                                | 180         |                      |        |        |               | 1         |
|                          |                                                       |             | 0                    | 0      | 15,66  | 62,46         |           |
| <b>Ужин</b>              |                                                       | 220         | 0                    | 0      | 0      | 0             | 0         |
|                          | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                          | 40          | 5,12                 | 4,64   | 0,28   | 63,48         | 0,7       |
|                          | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                                      | 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      |
|                          |                                                       | 330         | 0                    | 0      | 0      | 0             | 0         |
|                          |                                                       |             |                      |        |        |               |           |
| <b>Итого за 10 день:</b> | белки-42,52 жиры-47,93 углеводы-203,95 к/кал.-1400,52 | 1530        | 37,29                | 51,45  | 198,25 | 1261,43       | 20,95     |

Ответственный за организацию питания  
Повар-бригадир

И.В.Стёпина  
Т.Э.Голова  
Л.А.Свищёва