

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)			Знерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур ы	
			Б	Ж	У				
День 4									
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	190	7,56	3,78	35,1	201,42	0,7	№168	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392	
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	10	0,08	0,25	0,13	66,1	0	сб.2011г.	
	БАТОН	30	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011г	
			430	0	0	0	0	0	
11 Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	42	1	№399	
		100	0	0	0	0	0		
Обед	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	6,84	5,22	9,72	264,1	5,34	№57	
	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	160	8,55	16,24	17,6	317,6	22	№304	
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,05	0,85	5,5		сб.2011	
	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	
			630	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	5,243	14,644	4,267	243,4	0,25	№265	
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	1,08	0,1	4,6	26,4	0	№317,204	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011	
			460	0	0	0	0		
Итого за 4 день:	белки-54,73 жиры-60,66 углеводы-261,59 ке/кал.-1800,06	1870	41,41	48,70	202,92	1760,30	29,92		

Ответственный за организацию питания
 Повар-бригадир

И.В.Стёпина
 Б.Л.Кобылецкая
 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 лет.

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

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Знерг. к/кал.	Витамин С
			Б	Ж	У		
День 4							
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,72	3,36	31,2	179,04	0,7
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	10	0,08	0,25	0,13	66,1	0
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0
		360	0	0	0	0	0
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	42	1
		100	0	0	0	0	0
ОБЕД	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	5,7	4,35	8,1	160,9	4,18
	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	7,41	13,13	14,3	196,3	11
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,3	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,34
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3	61,8	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0
		550	0	0	0	0	0
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03
	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	50	2,1	6,45	12,8	117,5	0,2
		230	0	0	0	0	0
Ужин	ЗРАЗА РЫБНАЯ С СОУСОМ №348	90	5,243	9,88	4,267	112,9	0,25
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	1,08	0,1	4,6	26,4	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0
		400	0	0	0	0	0
Итого за 4 день:	белки-42,28 жиры-46,99 углеводы-202,95 к/кал.-1400,86	1640	38,13	39,52	193,76	1380,72	17,76

Ответственный за организацию питания
 Повар-бригадир

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