

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 9</b>								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	8,788	11,802	5,52	171,28	0,9	№215
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>	<b>40</b>	0,03	№392
	БАТОН	20	<b>1,6</b>	<b>0,58</b>	<b>10,4</b>	<b>49,2</b>	0	сб.2011
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	10						сб.2011
		<b>335</b>	0	0	0	0	0	0
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>14,5</b>	<b>55,6</b>	0,36	№376
Обед		<b>100</b>	0	0	0	0	0	
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	8,6	9,85	44,3	198,53	7,6	№76
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	133	12,42	21,89	5,76	242	0,09	№336
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>26,1</b>	<b>100,08</b>	0,36	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	40	<b>1,98</b>	<b>0,33</b>	<b>12,3</b>	<b>61,8</b>	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	<b>2,43</b>	<b>0,3</b>	<b>14,64</b>	<b>72,6</b>	0	сб.2011
		<b>583</b>	0	0	0	0	0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>	<b>40</b>	0,03	№392
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10	0,32	0,32	27,9	116	3,48	сб.2011
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	6,84	3,79	16,11	125	0,13	№466
		<b>260</b>	0	0	0	0	0	
Ужин	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	2,38	2,917	8,08	229,5	0,7	№168
	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО ЯГОДНЫЙ	200	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15,66</b>	<b>62,46</b>	0,03	№591/96
	БАТОН	25	<b>1,6</b>	<b>0,58</b>	<b>10,4</b>	<b>49,2</b>	0	сб.2011
		<b>405</b>	0	0	0	0	0	
Итого за 9 день:	белки-54,31 жиры-60,6 углеводы-261,85 к/кал.-1800,31	<b>1683</b>	<b>47,92</b>	<b>52,40</b>	<b>231,65</b>	<b>1613,25</b>	<b>13,71</b>	

Ответственный за организацию питания  
 Повар-бригадир

И.В.Стёпина

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	Пищевые вещества (Г)			Знерг. к/кал.	Витамин С	
			Б	Ж	У			
<b>День 9</b>								
<b>Завтрак</b>	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	6,808	8,532	1,33	133,08	0	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>	<b>40</b>	0,03	
	БАТОН	30	<b>1,6</b>	<b>0,58</b>	<b>10,4</b>	<b>49,2</b>	0	
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	10	2,43	0,3	14,64	72,6	0	
		<b>305</b>	0	0	0	0	0	
<b>II Завтрак</b>	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>14,5</b>	<b>55,6</b>	0,34	
		<b>100</b>	0	0	0	0	0	
<b>Обед</b>	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	5,96	8,367	10,5	157,34	5,94	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	125	4,31	4,967	9,08	145,81	3,87	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>26,1</b>	<b>100,08</b>	0,34	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	<b>1,98</b>	<b>0,33</b>	<b>12,3</b>	<b>61,8</b>	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	<b>2,43</b>	<b>0,3</b>	<b>14,64</b>	<b>72,6</b>	0	
		<b>515</b>	0	0	0	0	0	
	<b>полдник</b>	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>	<b>40</b>	0,03
		СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10	2,84	3,79	2,11	79	0,13
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	2,64	0,66	15,09	77,1	0	
	<b>240</b>	0	0	0	0	0		
<b>Ужин</b>	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,38	7,917	2,08	119,5	0,7	
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15,66</b>	<b>62,46</b>	1	
	БАТОН	20	<b>1,6</b>	<b>0,58</b>	<b>10,4</b>	<b>49,2</b>	0	
		<b>350</b>	0	0	0	0	0	
	<b>Итого за 9 день:</b>	белки-42,63 жиры-47,1 углеводы-203,06 к/кал.-1400,82	<b>1510</b>	<b>37,938</b>	<b>36,363</b>	<b>178,81</b>	<b>1315,37</b>	<b>12,38</b>

Ответственный за организацию питания  
 Повар-бригадир

И.В.Стёпина  
 Л.А.Свищёва