

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. к/кал. | Витамин С | № рецептуры |
|-------------------------|------------------------------------------------------|-------|----------------------|--------|--------|---------------|-----------|-------------|
|                         |                                                      |       | Б                    | Ж      | У      |               |           |             |
| <b>День 9</b>           |                                                      |       |                      |        |        |               |           |             |
| <b>Завтрак</b>          | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                    | 105   | 8,788                | 11,802 | 5,52   | 171,28        | 0,9       | №215        |
|                         | 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     |
|                         | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ                           | 10    |                      |        |        |               |           | сб.2011     |
|                         |                                                      | 335   | 0                    | 0      | 0      | 0             | 0         | 0           |
| <b>II Завтрак</b>       | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                            | 100   | 0,3                  | 0      | 14,5   | 55,6          | 0,36      | №376        |
| <b>Обед</b>             |                                                      | 100   | 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   | 0,54                 | 0      | 26,1   | 100,08        | 0,36      | №376        |
|                         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ                                 | 40    | 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     |
|                         |                                                      | 583   | 0                    | 0      | 0      | 0             | 0         |             |
| <b>Полдник</b>          | ЧАЙ С САХАРОМ                                        | 200   | 0,06                 | 0,02   | 9,99   | 40            | 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        |
|                         |                                                      | 260   | 0                    | 0      | 0      | 0             | 0         |             |
| <b>Ужин</b>             | КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ                          | 180   | 2,38                 | 2,917  | 8,08   | 229,5         | 0,7       | №168        |
|                         | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ                               | 200   | 0                    | 0      | 15,66  | 62,46         | 0,03      | №591/96     |
|                         | БАТОН                                                | 25    | 1,6                  | 0,58   | 10,4   | 49,2          | 0         | сб.2011     |
|                         |                                                      | 405   | 0                    | 0      | 0      | 0             | 0         |             |
| <b>Итого за 9 день:</b> | белки-54,31 жиры-60,6 углеводы-261,85 к/кал.-1800,31 | 1683  | 47,92                | 52,40  | 231,65 | 1613,25       | 13,71     |             |

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<br>пищи       | Наименование блюда                                      | выход | Пищевые вещества (Г) |        |        | Знерг.<br>к/кал. | Витамин С |
|---------------------|---------------------------------------------------------|-------|----------------------|--------|--------|------------------|-----------|
|                     |                                                         |       | Б                    | Ж      | У      |                  |           |
| День 9              |                                                         |       |                      |        |        |                  |           |
| Завтрак             | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                       | 85    | 6,808                | 8,532  | 1,33   | 133,08           | 0         |
|                     | ЧАЙ С САХАРОМ                                           | 180   | 0,06                 | 0,02   | 9,99   | 40               | 0,03      |
|                     | БАТОН                                                   | 30    | 1,6                  | 0,58   | 10,4   | 49,2             | 0         |
|                     | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ<br>ПОРЦИОННОЕ                           | 10    |                      |        |        |                  |           |
|                     |                                                         |       | 2,43                 | 0,3    | 14,64  | 72,6             | 0         |
|                     |                                                         | 305   | 0                    | 0      | 0      | 0                | 0         |
| II Завтрак          | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ<br>ФРУКТОВ                            |       |                      |        |        |                  |           |
|                     |                                                         | 100   | 0,3                  | 0      | 14,5   | 55,6             | 0,34      |
|                     |                                                         | 100   | 0                    | 0      | 0      | 0                | 0         |
| Обед                | РАССОЛЬНИК<br>ЛЕНИНГРАДСКИЙ                             |       |                      |        |        |                  |           |
|                     |                                                         | 150   | 5,96                 | 8,367  | 10,5   | 157,34           | 5,94      |
|                     | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ<br>ПТИЦЫ                        |       |                      |        |        |                  |           |
|                     |                                                         | 125   | 4,31                 | 4,967  | 9,08   | 145,81           | 3,87      |
|                     | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ<br>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         |
|                     |                                                         |       |                      |        |        |                  |           |
|                     |                                                         | 515   | 0                    | 0      | 0      | 0                | 0         |
| полдник             | ЧАЙ С САХАРОМ                                           | 180   | 0,06                 | 0,02   | 9,99   | 40               | 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         |
|                     |                                                         | 240   | 0                    | 0      | 0      | 0                | 0         |
| Ужин                | КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ<br>ВЯЗКАЯ                          |       |                      |        |        |                  |           |
|                     |                                                         | 150   | 4,38                 | 7,917  | 2,08   | 119,5            | 0,7       |
|                     |                                                         |       |                      |        |        |                  |           |
|                     | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ                                  | 180   | 0                    | 0      | 15,66  | 62,46            | 1         |
|                     | БАТОН                                                   | 20    | 1,6                  | 0,58   | 10,4   | 49,2             | 0         |
|                     |                                                         | 350   | 0                    | 0      | 0      | 0                | 0         |
| Итого за 9<br>день: | белки-42,63 жиры-47,1<br>углеводы-203.06 к/кал.-1400.82 | 1510  | 37.938               | 36.363 | 178.81 | 1315.37          | 12.38     |

Ответственный за организацию питания  
Повар-бригадир

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