

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)			Энерг. к/кал.	Витамин С
			Б	Ж	У		
<b>День 1</b>							
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ И МАСЛОМ	130	3,4	15,41	9,8	107,5	0,03
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	2,46
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0
	ПОВИДЛО	20	0,08	0	8	38	0
		350	0	0	0	0	0
II Завтрак	КОМПЮТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,3	0	14,5	55,6	0,34
		100	0	0	0	0	0
Обед	СУП С КАРТОФЕЛЕМ И С КЛЕЦКАМИ	150	3,916	6,18	8,5	170,5	0,36
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	130	10,57	6,94	7,956	134,5	7,34
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,65	1,75	4,25	48	0,5
	КОМПЮТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,34
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	13,35	61,8	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0
		545	0	0	0	0	0
Полдник	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ	150	8,654	11,06	11,82	133,1	1,27
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	18	4,5	104,4	40	0,03
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0,01
Ужин		320	0	0	0	0	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	2,46
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,12	4,64	0,28	63,48	0
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0
			240	0	0	0	0
<b>Итого за 1 день:</b>	<b>белки-42,07 жиры-47,84 угл</b>	<b>1555</b>	<b>61,39</b>	<b>52,61</b>	<b>279,02</b>	<b>1276,16</b>	<b>15,14</b>

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 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 7</b>							
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,38	7,917	2,08	119,5	0,7
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	<b>36,45</b>	<b>22,5</b>	<b>15,3</b>	<b>433,5</b>	0,03
	БАТОН	20	<b>1,6</b>	<b>0,58</b>	<b>10,4</b>	<b>49,2</b>	0
		<b>320</b>	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>	0,34
		<b>100</b>	0	0	0	0	0
Обед	СУП РИСОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	3,163	4,337	9,76	110,6	8,4
	КОТЛЕТА ИЗ КУРИЦЫ	60	4,46	14,379	5,37	84,8	0
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	10	0,54	2,91	1,65	34,47	0,02
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	1,1	6	5,405	65,003	0
	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>570</b>	0	0	0	0	0
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>	<b>40</b>	0,03
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	2,64	0,66	15,09	77,1	0
		<b>230</b>	0	0	0	0	0
Ужин	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ №348	70	8,5	6,475	9,875	136,33	0,29
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2	0,4	9	62	0,1
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>	<b>40</b>	0,03
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	<b>2,43</b>	<b>0,3</b>	<b>14,64</b>	<b>72,6</b>	0,01
			<b>390</b>	0	0	0	0
Итого за 7 день:	белки-42,66 жиры-47,36 углеводы-203,68 к/кал.-1400	<b>1610</b>	<b>72,63</b>	<b>67,13</b>	<b>186,09</b>	<b>1615,18</b>	<b>10,29</b>

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 \_\_\_\_\_ 2026года

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 8</b>								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	150	4,95	6,3	18,15	146,4	1,02	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	
	БАТОН	30	1,6	0,58	10,4	49,2	0	
	СЫР	10	2,6	2,65	0,35	35,5		
			370	0	0	0	0	
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	42	1	
		100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП ПШЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	2,55	4,5	5,25	71,4	7,6	
	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	8,52	6,84	7,8	127,8	0,5	
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,03	0,55	15,73	139,6	15,446	
	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	30	0,51	0,06	2,4	13,2		
	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	
			590	0	0	0	0	
	Полдник	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	18	4,5	104,4	40	0,03
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	6,15	3,653	17,55	147,7	0,02
		200	0	0	0	0	0	
Ужин	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ В СОУСЕ № 355	110	6,14	22,125	7,095	108,395	0,5	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	
			310	0	0	0	0	
<b>Итого за 8 день:</b>	<b>белки-42,86 жиры-47,15 углеводы-203,8 к/кал.-1400,39</b>	<b>1570</b>	<b>66,95</b>	<b>53,13</b>	<b>286,59</b>	<b>1308,28</b>	<b>26,52</b>	

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 года.

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

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Знерг. к/кал.	Витами н С
			Б	Ж	У		
<b>День 9</b>							
Завтрак	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
II Завтрак	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
Обед	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
полдник	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
Ужин	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
<b>Итого за 9 день:</b>	<b>белки-42,63 жиры-47,1 углеводы-203,06 к/кал.-1400,82</b>	<b>1510</b>	<b>37,93</b> <b>8</b>	<b>36,36</b> <b>3</b>	<b>178,81</b>	<b>1315,3</b> <b>7</b>	<b>12,38</b>

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 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
	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
		<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	0
Итого за 10 день:	белки-42,52 жиры-47,93 углеводы-203,95 к/кал.-1400,52	<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

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.

День 2								
<b>Завтрак</b>	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	3,31	3,45	13,2	171	0,7	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
		350	0	0	0	0	0	
<b>II Завтрак</b>	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
		100	0	0	0	0	0	
<b>Обед</b>	СУП ЛАПША С КУРИЦЕЙ	150	6,3	6	12,3	127,5	5,34	№86
	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ В СОУСЕ №355	75	8,9	15,7	6,29	115	0,5	№308
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,75	4,62	16,17	116,6	0,2	№321
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
			555	0	0	0	0	0
<b>Полдник</b>	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,8	5,4	7,2	96	1	№400
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,05	2,65	27,45	150,5		№466
		200	0	0	0	0	0	
<b>Ужин</b>	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	60	7,26	2,76	16,86	121,08	0,24	№253
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,7	3,6	9,8	80		№45
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011

		360	0	0	0	0	0
Итого за 2 день:	белки-42,41 жиры-47,68 углеводы-203,52 к/кал.-1400,14	1565	48,71	45,73	233,43	1514,04	8,72

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)			Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 3</b>								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	3,45	2,55	32,55	166,5	0,5	№93
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
II Завтрак	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ /Батон/	50	2,58	18,36	16,6	256,86	0,13	№3
		380	0	0	0	0	0	
Обед	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	42	2	№399
		100	0	0	0	0	0	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	6,6	3,6	13,35	99	5,94	№81
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ПО КУПЕЧЕСКИ С КУРИЦЕЙ	130	10,4	3,25	17,81	142,35	0,56	ТТК-96
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	50	0,7	1,2	2,6	23,7	0,34	№36
	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.2011г.
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011г.
		570	0	0	0	0	0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	СВЕКОЛЬНАЯ ИКРА	70	0,42	1,55	5,3	36,75	14	№54
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2		сб.2011г.
		270	0	0	0	0	0	
Ужин	БЛИНЧИКИ	100	5	7	22	170	0,05	№447

	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	20	1,44	1,7	11,2	64		сб.2011г.
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180					1	№591/96
			0	0	15,66	62,46		
		300	0	0	0	0	0	
Итого за 3 день:	белки-41,98 жиры-47,78 углеводы-203,36 к/кал.-1400,88	1620	37,66	40,86	230,29	1427,30	24,92	

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		
<b>День 4</b>							
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
<b>Итого за 4 день:</b>	<b>белки-42,28 жиры-46,99 углеводы-202,95 к/кал.-1400,86</b>	<b>1640</b>	<b>38,13</b>	<b>39,52</b>	<b>193,76</b>	<b>1380,72</b>	<b>17,76</b>

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 года.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (Г)			Знерг. к/кал.	Витами н С
			Б	Ж	У		
<b>День 5</b>							
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	6,06	5,7	4,05	138,5	1,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0
	СЫР	10					
		<b>360</b>	0	0	0	0	0
<b>II Завтрак</b>	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	42	1
		<b>100</b>	0	0	0	0	0
<b>Обед</b>	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	4,71	7	8,78	130,36	14,3
	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	110	8,01	8,182	5,12	120,3	5,97
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20					
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,34
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	12,3	61,8	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0
		<b>500</b>	0	0	0	0	0
<b>Полдник</b>	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03
	ВИНЕГРЕТ	80	5,44	4,56	43,4	255,2	0,13
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0
		<b>280</b>	0	0	0	0	0
<b>Ужин</b>	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ №354	95	9,13	15,18	26,87	145,6	0,12

	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	0	0	15,66	62,46	1
		275	0	0	0	0	0
Итого за 5 день:	белки-41,93 жиры-47,09 углеводы- 203,9 к/кал.-1400,52	1515	42,8 5	42,57	211,74	1330,70	24,22

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 года.

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

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С
			Б	Ж	У		
<b>День 6</b>							
<b>Завтрак</b>	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И САХАРОМ	150	5,63	6,538	4,953	145,9	0,03
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	0	0	15,66	62,46	1
	БАТОН	30	1,6	0,58	10,4	49,2	0
		<b>360</b>	0	0	0	0	0
<b>II Завтрак</b>	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,54	0	26,1	100,08	0,34
		<b>100</b>	0	0	0	0	0
<b>Обед</b>	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	5,302	8,12	5,05	143,4	5,94
	ТЕФТЕЛИ В СОУСЕ №348 /60/15г./	75	8,01	8,182	25,12	120,3	5,97
	КАША ПШЕНИЧНАЯ	110	1,86	4,913	5,485	67,6	15,446
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,34
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	13,35	61,8	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0
		<b>575</b>	0	0	0	0	0
<b>Полдник</b>	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №354	100	4,83	10,49	11,73	133,21	0,77
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	36,45	22,5	15,3	433,5	0,03
		<b>250</b>	0	0	0	0	0
<b>Ужин</b>	РАГУ ОВОЩНОЕ	100	5,54	7,43	15,98	140	0,58
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,43	0,3	14,64	72,6	0
		<b>320</b>	0	0	0	0	0

Итого за 6 дней:	белки-42,54,жиры-47,00,углеводы-203,к/кал.-1400	1605	77,20	69,70	214,50	1742,73	30,48
------------------	---	------	-------	-------	--------	---------	-------

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 года.

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

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Энерг. к/кал.	Витамин С
			Б	Ж	У		
<b>День 6</b>							
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И САХАРОМ	150	5,63	6,538	4,953	145,9	0,03
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	0	0	15,66	62,46	1
	БАТОН	30	1,6	0,58	10,4	49,2	0
		<b>360</b>	0	0	0	0	0
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,54	0	26,1	100,08	0,34
		<b>100</b>	0	0	0	0	0
Обед	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	5,302	8,12	5,05	143,4	5,94
	ТЕФТЕЛИ В СОУСЕ №348 /60/15г./	75	8,01	8,182	25,12	120,3	5,97
	КАША ПШЕНИЧНАЯ	110	1,86	4,913	5,485	67,6	15,446
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,34
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	13,35	61,8	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0
	<b>575</b>	0	0	0	0	0	
Полдник	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №354	100	4,83	10,49	11,73	133,21	0,77
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	36,45	22,5	15,3	433,5	0,03
		<b>250</b>	0	0	0	0	0
Ужин	РАГУ ОВОЩНОЕ	100	5,54	7,43	15,98	140	0,58
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,43	0,3	14,64	72,6	0
		<b>320</b>	0	0	0	0	0

Итого за 6 день:	белки-42,54,жиры-47,00,углеводы-203,к/кал.-1400	1605	77,20	69,70	214,50	1742,73	30,48
------------------------	---	------	-------	-------	--------	---------	-------

Ответственный за организацию питания  
Повар-бригадир

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