

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	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ И МАСЛОМ	190	4,08	18,5	11,76	129	0,037	№206
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	2,6	№392
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
	ПОВИДЛО	20	0,08	0	8	38		сб.2011
		430	0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,3	0	14,5	55,6	0,34	№376
		100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП С КАРТОФЕЛЕМ И С КЛЕЦКАМИ	180	7,195	7,61	25,137	230,3	0,45	№85
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	13,82	9,075	10,404	175,88	7,34	№302
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,65	1,75	4,25	48		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
	620	0	0	0	0	0		
Полдник	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ	180	10,384	13,272	14,184	159,72	1,35	№168
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	18	4,5	104,4	40	1	№395
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	40	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
	380	0	0	0	0	0		
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	2,6	№392
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,12	4,64	0,28	63,48		№213
	БАТОН	30	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
		270	0	0	0	0	0	
Итого за 1 день:	белки-54,53 жиры-60,09 угл	1800	69,88	61,51	299,04	1414,66	16,06	

Ответственный за организацию питания
 Повар-бригадир

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

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.

День 2									
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ	190	6,213	5,27	28,7	250,77	0,9	№168	14,21
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40		№392	1,29
	БАТОН	30	1,6	0,58	10,4	49,2	0		5,32
		420	0	0	0	0	0		0
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376	1,31
		100	0	0	0	0	0		0
ОБЕД	СУП ЛАПША С КУРИЦЕЙ	180	7,56	7,2	14,76	153	5,34	№86	8,77
	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ В СОУСЕ №355	90	9,6	20,1	7,4	135,3	0,3	№308	20,36
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,75	4,62	16,17	116,6	0,2	№321	15,77
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376	2,37
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011	2,53
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011	2,53
			620						
Полдник	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,76	6,48	8,64	115,2	1	№383	19,52
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,05	2,65	27,45	150,5	0,03	№466	3,57
		230	0	0	0	0	0		0
Ужин	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	90	8,47	4,14	25,29	181,62	0,24	№253	29,63
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	2,21	4,68	12,74	104	0,03	№168	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40		№392	1,29
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6		сб.2011	2,53
		450	0	0	0	0	0		0
Итого за 2 день:	белки-54,07 жиры-60,04 углеводы-261,29 к/кал.-1800,81	1820	56,25	56,69	265,31	1743,35	8,72		131,00

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..
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								
Завтрак	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	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,54	0	26,1	100,08	0,34	№376
		100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП ЛАПША С КУРИЦЕЙ	150	6,3	6	12,3	127,5	5,34	№86
	ФРИКАДЕЛКИ 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
Полдник	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	
Ужин	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
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..
 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)			Зне рг. к/ка л.	Вита мин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 3								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	180	4,14	3,06	39,06	199,8	0,75	№93
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ /Батон/	60	2,58	18,36	16,6	256,86	0,13	№3
		420	0	0	0	0	0	
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	42	2	№399
		100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	7,92	4,32	16,02	118,8	7,59	№81
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ПО КУПЕЧЕСКИ С КУРИЦЕЙ	160	12,8	4	21,92	175,2	0,56	ТТК-96
	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	70	0,98	1,68	3,64	33,18	0,34	сб.2025
	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
	СВЕКОЛЬНАЯ ИКРА	650						
			320	0	0	0	0	0
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	СВЕКОЛЬНАЯ ИКРА	90	0,72	2,48	8,48	64		№54
	БАТОН	30	1,6	0,58	10,4	49,2	14	сб.2011
		320	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.2011
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	0	0	15,66	62,46	1	№591
		320	0	0	0	0	0	
Итого за 3 день:	белки-54,98 жиры-60,25 углеводы-261,93 к/кал.-1800,96	1810	42,65	44,25	247,80	1549,98	26,82	

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: 3-7 лет.

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

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Знерг. к/кал.	Витами н С	№ рецепту ры
			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.2 011г .
	БАТОН	30	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2 011г
		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.2 011
	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.2 011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2 011
		630	0	0	0	0	0	
Полдн и к	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	№317,20

								4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№39 2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2 011
		460	0	0	0	0	0	
Итого за 4 день:	белки-54,73 жиры-60,66 углеводы-261,59 кс/кал.-1800,06	1870	41,41	48,70	202,92	1760,30	29,92	

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..
2026г.

Ежедневное меню основного питания

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

На _____ 2026года

Возрастная категория: 3-7 лет.

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

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (г)			Знер г. к/ка л.	Вита мин С	№ рецептур ы
			Б	Ж	У			
день 5								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	4,84	7,09	25,7 2	237, 5	1,7	№94
	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
	СЫР	10						сб.2011
		410	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	СУП ВЕРМИШЕЛЕ ВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	180	11,6	19,11	12,9 2	183, 62	14,3	№82
	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМ У С КУРИЦЕЙ	145	8,181	7,362	17,9 2	192, 3	5,97	№276
	ОГУРЕЦ СОЛЕНЬЙ	50	2,066	3,69	10,3 13	187, 94	18,4 5	сб.2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	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	14,6 4	72,6	0	сб.2011
		635	0	0	0	0	0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ВИНЕГРЕТ	100	5,44	4,56	43,4	255, 2	0,13	№45
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,6 4	72,6	0	сб.2011
		330	0	0	0	0	0	
Ужин	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ №354	100	12,7	15,18	30,8 7	182, 7	0,12	№236
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	0	0	15,6 6	62,4 6	1	№591/96
		300	0	0	0	0	0	
того за 5 день:	белки-54,54 жиры-60,03 углеводы- 261,37 к/кал.- 1800,91	1775	54,33	58,94	264, 66	1780 ,00	43,0 7	

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..
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.	Вита мин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	8,75 7	17,246	26,644	167	0,03 7	ТТК-16
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	0	0	15,66	62,46	1	№591/96
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0,1	сб.2011
		400	0	0	0	0	0	
Полдник	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,54	0	26,1	100,08	0,36	№376
		100	0	0	0	0	0	
Обед	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5,40 2	11,582	22,52	183,4	16	№67
	ТЕФТЕЛИ В СОУСЕ №348	90	8,18 1	7,362	23,92	262,53	5,97	№287
	КАША ПШЕНИЧНАЯ	130	2,06 6	3,69	10,313	199,94	18,4 5	№314
	КОМПОТ 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
		640	0	0	0	0	0	
Вечерний	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ №354	150	12,6 36,4	10,75	15,63	169,1	0,9	№237
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	5	22,5	15,3	433,5	0,03	№397
		300	0	0	0	0	0	
Ужин	РАГУ ОВОЩНОЕ	130	6,54	7,43	14,7	140	0,58	№344
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3	61,8	0,1	сб.2011
		360	0	0	0	0	0	0
Итого за день:	белки-54,19 жиры-60,06 углеводы-261, к/кал.-1800	1800	89,1 3	82,12	256,52	2103,4 9	43,9 2	

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: 3-7 лет.

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

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Знерг. к/кал.	Вита мин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 7								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	2,38	2,917	8,08	229,5	0,7	№168
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	36,45	22,5	15,3	433,5	0,03	№392
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
		360	0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,3	0	14,5	55,6	0,34	№376
		100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП РИСОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	180	9,163	7,537	14,76	197,94	8,4	№80
	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	70	5,46	19,679	14,37	167,8	0	№305
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	0,54	2,91	1,65	34,47	0,02	№355
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1,1	6	8,405	95,003	0	№317
	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
		640	0	0	0	0	0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	2,64	0,66	15,09	77,1	0	№460
		230	0	0	0	0	0	
Ужин	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ №348	80	11,6	8,57	23,95	148,05	0,3	№261
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,6	7,52	22,1	106,6	0,1	№313
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	12,3	61,8	0	сб.2011
		430	0	0	0	0	0	

Итого за 7 день:	белки-54,39 жиры-60,31 углеводы-261,03 к/кал.-1800,76	1760	82,88	79,87	233,93	1971,04	10,29	
------------------	---	------	-------	-------	--------	---------	-------	--

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: 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			
День 8								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	180	5,94	7,56	30,8	175,68	1,02	№94
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№392
	БАТОН	30	1,6	0,58	10,4	49,2	0	сб.2011
	СЫР	10	3,9	3,975	0,525	53,25		сб.2011
		420	0	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	0
Обед	СУП ПШЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	3,06	5,4	6,3	85,68	7,6	№80
	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	7,98	7,98	25,04	149,1	0,5	№282
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	9,49	0,65	18,59	187,94	18,45	№317
	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	70	0,85	0,1	4	22		сб.2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	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
			710	0	0	0	0	0
Полдник	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	18	4,5	104,4	40	1	№395
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	6,15	3,653	17,55	147,7	0,02	№458
		210	0	0	0	0	0	
Ужин	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ В СОУСЕ № 355	140	6,14	24,125	11,095	131,395	0,5	№133-2011

	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	0	сб.2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,67	2,34	9,91	89	1,2	№392
		360	0	0	0	0	0	
Итого за 3 день:	белки-54,49 жиры-60,81 углеводы-261,01 к/кал.-1800	1800	73,62	62,21	326,08	1520,03	31,66	

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: 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			
День 9								
Завтрак	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
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,3	0	14,5	55,6	0,36	№376
	Обед	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	
Полдник	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	
Ужин	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	
Итого за 9 день:	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
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: 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			
День 10								
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
	КОМПОТ 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
	Свекла с огурцом салат	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 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
Кобылецкая Б.Л
Л.А.Свищёва