Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 45

городского округа – город Камышин

(МБДОУ Дс № 45)

**Утверждено Согласовано**

Директором ООО г.Камышин Заведующий МБДОУ Дс № 45

«Комбинат социального-питания» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Лир В.И..

Ч.И.Садыхов 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.



Ответственный за организацию питания И.В.Стёпина

Повар-бригадир Т.Э.Голова

Л.А.Свищёва

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 45

городского округа – город Камышин

(МБДОУ Дс № 45)

**Утверждено Согласовано**

Директором ООО г.Камышин Заведующий МБДОУ Дс № 45

«Комбинат социального-питания» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Лир В.И..

Ч.И.Садыхов 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.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | Кисель ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ | 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** | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО ПРОТЁРТОГО МЯСА | 65 | **8,47** | **4,14** | **25,29** | **181,62** | 0,24 | №253 | **29,63** |
|  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 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 И.В.Стёпина

Повар-бригадир Т.Э.Голова

Л.А.Свищёва

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 45

городского округа – город Камышин

(МБДОУ Дс № 45)

**Утверждено Согласовано**

Директором ООО г.Камышин Заведующий МБДОУ Дс № 45

«Комбинат социального питания» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Лир В.И..

Ч.И.Садыхов 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)** | | | **Знерг. к/кал.** | **Витамин 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 |
|  | ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ | 50 | **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** |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | **0,06** | **0,02** | **9,99** | **40** | 0,03 | №392 |
|  | ЯЙЦО ВАРЁНОЕ | 40 | **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 | 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 И.В.Стёпина

Повар-бригадир Т.Э.Голова

Л.А.Свищёва

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 45

городского округа – город Камышин

(МБДОУ Дс № 45)

**Утверждено Согласовано**

Директором ООО г.Камышин Заведующий МБДОУ Дс № 45

«Комбинат социального питания» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Лир В.И..

Ч.И.Садыхов 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)** | | | **Знерг. к/кал.** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
|  | **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** | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 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 |
|  | 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 | 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 |
|  | КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 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 | 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 И.В.Стёпина

Повар-бригадир Т.Э.Голова

Л.А.Свищёва

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 45

городского округа – город Камышин

(МБДОУ Дс № 45)

**Утверждено Согласовано**

Директором ООО г.Камышин Заведующий МБДОУ Дс № 45

«Комбинат социального-питания» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Лир В.И..

Ч.И.Садыхов 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)** | | | **Знерг. к/кал.** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
|  | **Б** | **Ж** | **У** |
| **День 5** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ | 180 | 4,84 | 7,09 | 25,72 | 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** | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 100 | **0,4** | **0,4** | **9,8** | **42** | 1 | №399 |
|  |  | **100** | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  |
| **Обед** | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ | 180 | 11,6 | 19,11 | 12,92 | 183,62 | 14,3 | №82 |
|  | ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ | 145 | 8,181 | 7,362 | 17,92 | 192,3 | 5,97 | №276 |
|  | 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 |
|  |  | **635** | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  |
| **Полдник** | 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 |
|  |  | **330** | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  |
| **Ужин** | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ №354 | 100 | 12,7 | 15,18 | 30,87 | 182,7 | 0,12 | №236 |
|  | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ | 200 | **0** | **0** | **15,66** | **62,46** | 1 | №591/96 |
|  |  | **300** | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  |
| **Итого 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** | **43,07** |  |

Ответственный за организацию питания И.В.Стёпина

Повар-бригадир Т.Э.Голова

Л.А.Свищёва

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 45

городского округа – город Камышин

(МБДОУ Дс № 45)

**Утверждено Согласовано**

Директором ООО г.Камышин Заведующий МБДОУ Дс № 45

«Комбинат социального питания» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Лир В.И..

Ч.И.Садыхов 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)** | | | **Знерг. к/кал.** | **Витамин С** | **№ рецептуры** |
|  | **Б** | **Ж** | **У** |
| **День 6** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И САХАРОМ | 180 | 8,757 | 17,246 | 26,644 | 167 | 0,037 | ТТК-16 |
|  | ЧАЙ С САХАРОМ | 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 |  |
| **II Завтрак** | 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 | 5,402 | 11,582 | 22,52 | 183,4 | 16 | №67 |
|  | ТЕФТЕЛИ В СОУСЕ №348 | 90 | 8,181 | 7,362 | 23,92 | 262,53 | 5,97 | №287 |
|  | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 130 | 2,066 | 3,69 | 10,313 | 199,94 | 18,45 | №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 |  |
| **Полдник** | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ №354 | 150 | 12,6 | 10,75 | 15,63 | 169,1 | 0,9 | №237 |
|  | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ | 150 | **36,45** | **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 6 день:** | **белки-54,19 жиры-60,06 углеводы-261, к/кал.-1800** | **1800** | **89,13** | **82,12** | **256,52** | **2103,49** | **43,92** |  |

Ответственный за организацию питания И.В.Стёпина

Повар-бригадир Т.Э.Голова

Л.А.Свищёва

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 45

городского округа – город Камышин

(МБДОУ Дс № 45)

**Утверждено Согласовано**

Директором ООО г.Камышин Заведующий МБДОУ Дс № 45

«Комбинат социального питания» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Лир В.И..

Ч.И.Садыхов 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)** | | | **Знерг. к/кал.** | **Витамин 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 И.В.Стёпина

Повар-бригадир Т.Э.Голова

Л.А.Свищёва

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 45

городского округа – город Камышин

(МБДОУ Дс № 45)

**Утверждено Согласовано**

Директором ООО г.Камышин Заведующий МБДОУ Дс № 45

«Комбинат социального-питания» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Лир В.И..

Ч.И.Садыхов 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)** | | | **Знерг. 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 | 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 |
|  | 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** | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ | 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 8 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 И.В.Стёпина

Повар-бригадир Т.Э.Голова

Л.А.Свищёва

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 45

городского округа – город Камышин

(МБДОУ Дс № 45)

**Утверждено Согласовано**

Директором ООО г.Камышин Заведующий МБДОУ Дс № 45

«Комбинат социального-питания» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Лир В.И..

Ч.И.Садыхов 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)** | | | **Знерг. 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 |
|  |  | **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 И.В.Стёпина

Повар-бригадир Т.Э.Голова

Л.А.Свищёва

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 45

городского округа – город Камышин

(МБДОУ Дс № 45)

**Утверждено Согласовано**

Директором ООО г.Камышин Заведующий МБДОУ Дс № 45

«Комбинат социального-питания» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Лир В.И..

Ч.И.Садыхов 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)** | | | **Знерг. 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 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 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 |
|  | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0 | 0 | 15,66 | 62,46 | 0,03 | №591/96 |
|  |  | 240 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  |
| Ужин | ВИНЕГРЕТ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ | 100 | 2,21 | 4,68 | 12,74 | 104 |  | №45 |
|  | ХЛЕБ | 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 И.В.Стёпина

Повар-бригадир Т.Э.Голова

Л.А.Свищёва