

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 8</b>           |  |       |                      |        |        |               |           |             |
| <b>Завтрак</b>          | 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           |
| <b>II Завтрак</b>       | СОК ФРУКТОВЫЙ                                      | 100   | 0,4                  | 0,4    | 9,8    | 42            | 1         | №399        |
|                         |  | 100   | 0                    | 0      | 0      | 0             | 0         | 0           |
| <b>Обед</b>             | 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         |             |
|                         |  |       |                      |        |        |               | 1         |             |
|                         |  |       |                      |        |        |               |           |             |
| <b>Полдник</b>          | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ                             | 160   | 18                   | 4,5    | 104,4  | 40            |           | №395        |
|                         | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ                                | 50    | 6,15                 | 3,653  | 17,55  | 147,7         | 0,02      | №458        |
|                         |  | 210   | 0                    | 0      | 0      | 0             | 0         |             |
|                         | 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     |
| <b>Ужин</b>             | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200   | 2,67                 | 2,34   | 9,91   | 89            | 1,2       | №392        |
|                         |  | 360   | 0                    | 0      | 0      | 0             | 0         |             |
|                         |  |       |                      |        |        |               |           |             |
| <b>Итого за 8 день:</b> | 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  
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 пищи              | Наименование блюда                                      | выход | Пищевые вещества (Г) |        |        | Энерг. к/кал. | Витамин С |
|-------------------------|---|-------|----------------------|--------|--------|---------------|-----------|
|                         |   |       | Б                    | Ж      | У      |               |           |
| <b>День 8</b>           |   |       |                      |        |        |               |           |
| <b>Завтрак</b>          | 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             | 0         |
| <b>II Завтрак</b>       | СОК ФРУКТОВЫЙ   | 100   | 0,4                  | 0,4    | 9,8    | 42            | 1         |
|                         |   | 100   | 0                    | 0      | 0      | 0             | 0         |
| <b>Обед</b>             | СУП ПШЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ                                | 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    |
|                         | 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             | 0         |
|                         | <b>Полдник</b> КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ                   | 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         |
| <b>Ужин</b>             | 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             | 0         |
| <b>Итого за 8 день:</b> | белки-42,86 жиры-47,15<br>углеводы-203,8 к/кал.-1400,39 | 1570  | 66,95                | 53,13  | 286,59 | 1308,28       | 26,52     |

Ответственный за организацию питания  
Повар-бригадир

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