

Заведующий МБДОУ "Улыбка"
Афанасьева О.В.
27.01.2026

УТВЕРЖДАЮ
(должность)
(ФИО)
(дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ЯСЛИ 1-3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша пшенная вязкая	150	5,15	5,15	22,48	159	225
	Бутерброды с маслом	35	2,46	3,11	14,78	90,84	69
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	170	3,08	2,77	7,72	70,84	466
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			355	10,69	11,03	44,98	320,68
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	130	1,56	0,78	22,49	110,5	82
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2			130	1,56	0,78	22,49	110,5
ОБЕД	Овощи консервированные (огурец соленый)	40	0,32	0,04	0,68	7,2	149
	Суп картофельный с бобовыми	150	5,13	8,36	12,77	165	113
	Биточки рыбные	50	9,85	5,49	2,24	99,62	307
	Пюре картофельное	120	2,70	2,89	18,36	110,5	377
	Компот из ягод замороженных	180	0,22	0,63	6,82	34,34	491
	Соус белый с овощами	15	0,26	0,75	1,68	14,7	416
	Хлеб пшеничный йодированный	10	0,79	0,10	4,83	21,36	573
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	575
ИТОГО ЗА ОБЕД			585	20,81	18,54	54,92	492,92
ПОЛДНИК	Баранки сдобные	50	4,15	4,00	30,20	150	577
	Молоко кипяченое	150	3,45	9,39	19,50	138	469
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			200	7,60	13,39	49,70	288
УЖИН	Суп-харчо	180	6,07	10,03	17,41	192,6	109
	Кисель из повидла	180	0,00	0,00	11,30	54	483
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	573/1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	575/2
ИТОГО ЗА УЖИН			400	9,19	10,51	45,91	329,52
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1670	49,85	54,25	218,00	1541,62

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ДЕТСКИЙ САД 3-7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша пшенная вязкая	200	6,86	6,86	29,98	212	225
	Бутерброды с маслом	46	3,23	4,09	19,43	119,39	69
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	180	3,26	2,93	8,17	75,01	466
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			426	13,35	13,88	57,58	406,4
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	150	1,80	0,90	25,95	127,5	82
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2			150	1,80	0,90	25,95	127,5
ОБЕД	Овощи консервированные (огурец соленый)	50	0,40	0,05	0,85	9	149
	Суп картофельный с бобовыми	200	6,84	11,14	17,02	220	113
	Биточки рыбные	70	13,79	7,69	3,14	139,48	307
	Пюре картофельное	140	3,15	3,37	21,42	128,91	377
	Компот из ягод замороженных	200	0,24	0,70	7,58	38,16	491
	Соус белый с овощами	20	0,35	1,00	2,24	19,6	416
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	573
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	575
ИТОГО ЗА ОБЕД			720	27,89	24,43	69,45	638,07
ПОЛДНИК	Баранки сдобные	50	4,15	4,00	30,20	150	577
	Молоко кипяченое	200	4,60	12,52	26,00	184	469
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			250	8,75	16,52	56,20	334
УЖИН	Суп-харчо	200	6,74	11,14	19,34	214	109
	Кисель из повидла	200	0,00	0,00	12,56	60	483
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	573/1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3	575/2
ИТОГО ЗА УЖИН			450	10,63	11,76	52,87	377,02
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1996	62,42	67,49	262,05	1882,99