



05.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша полбяная молочная с маслом сл.	180/3	4,81	7,85	29,38	207,32
какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
Итого	404	10,77	15,54	55,74	409,78
2 завтрак					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
Обед					
салат из припущенной моркови с изюмом	60	0,88	0,06	8,6	38,52
борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7	1,48	4,59	8,12	85,97
гуляш из отварной говядины	40/40	11,64	13,43	2,31	176,8
каша гречневая рассыпчатая с маслом слив.	130/3	7,62	4,16	34,47	205,27
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	72
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
Итого	680	24,73	22,8	84,53	650,21
полдник					
суп молочный с клецками	200	4,75	5,6	10,36	110,8
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
Фрукты свежие (апельсин)	100	1,5	0,5	21	96
Итого	523	8,66	6,37	52,35	303,78
Всего	1787	45,19	44,72	212,43	1447,23

«Утверждаю»
 Заведующая МБДОУ «Ивашкинский
 детский сад «Солнышко»»
 Кудряшова Е.В.



06.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/3	5,34	8,4	29,46	215,85
чай с молоком , сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с сыром маслом слив.	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
Итого	409	14,37	13,83	65,78	445,69
2 завтрак					
кисломолочный напиток (ацидофильный напиток)/ печенье	180/40	5,22/3,00	4,5/3,92	7,56/29,76	92/166,80
Обед					
салат из свеклы с яблоками	60	0,65	3,1	3,86	46,02
суп картофельный с горохом на курином бульоне с гречками	180/10	5,2	3,95	19,51	143,56
птица тушенная с овощами по-татарски	40/30	10,06	10,89	3,96	154,36
макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3	4,81	6,09	22,96	165,79
кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24
хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
Итого	688	25,08	24,71	90,18	701,34
полдник					
ватрушка с творогом	90	13,2	15,3	55,8	402,05
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
Итого	276	13,81	15,55	62,48	433,43
Всего	1593	61,48	62,5	255,76	1839,26



 Утверждаю
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский
 детский сад "Солнышко"
 Кудряцова Е.В.

07.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,04	5,54	30,04	214,8
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	128,68
Итого	404	11,18	12,45	55,88	401,06
2 завтрак					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
Обед					
салат из квашенной капусты	50	0,85	2,5	4,23	42,85
суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне, с мясом говядины	180/10	4,22	2,33	8,77	76,57
котлеты рыбные	70	8,99	4,26	7,82	101,72
пюре картофельное с маслом слив.	140/3	2,88	6,65	19,12	147,9
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
Итого	673	19,98	16,24	72,4	516,52
полдник					
вак балиш с рисом и мясом	90	7,02	10,35	28,62	234,63
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
Фрукты свежие(апельсин)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого	376	7,48	10,77	44,44	305,73
Всего	1633	39,55	39,46	190,9	1299,63

Утверждаю
Заведующая МБДОУ "Ивашкинский
детский сад "Солнышко"
Кудряшова Е.В.



08.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/3	5,45	5,3	29,08	186,3
чай без сахара, с мармеладом	180/20	0,09	0,02	23,84	96,3
Бутерброд с сыром маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
Итого	423	9,15	11,15	68,41	411,37
2 завтрак					
кисломолочный напиток (ряженка)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
салат из зеленого горошка	50	1,49	2,59	3,13	41,8
Суп картофельный с вермишелью мясными фрикадельками	180/10	3,68	3,21	12,22	101,69
Тефтели мясные с геркулесом	80	10,27	9,79	22,8	141,86
Рагу из овощей	150	2,53	15,7	12,29	202,86
компот из свежих фруктов	180	0,2	0,11	8,93	39,47
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Итого	715	22,76	32,06	88*	667,54
полдник					
омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	0,28
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
Йогурт	180	4,35	3,75	6,3	76,66
Итого	523	20,7	28,85	29,93	463,3
Всего	1831	57,33	76,49	189,39	1613,77



 Утверждаю
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский
 детский сад "Солнышко" №1"
 Кудряшова Е.В.

12.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,04	5,54	30,04	214,8
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
Итого	404	11,18	12,45	55,88	401,06
2 завтрак					
кисломолочный напиток (катык)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
салат из квашенной капусты	50	0,85	2,5	4,23	42,85
суп картофельный с куриными фрикадельками	180/10	3,11	3,3	12,94	102,28
биточки рубленные из рыбы	80	9,76	6,21	11,74	142,4
Рис отварной рассыпчатый с маслом слив.	130/2	3,14	5,46	32,56	192,01
компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
Итого	687	20,84	18,19	110,28	699,05
полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром	150	10,38	8,89	21,29	206,33
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого	356	12,51	9,3	37,81	284,71
Всего	1627	49,75	44,44	211,52	1476,82

Утверждаю
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский
 детский сад "Солнышко"
 Кудряшова Е.В.



13.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3	7,44	8,07	33,8	238,71
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
Итого	404	13,4	15,76	60,16	441,17
2 завтрак					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
Обед					
салат из припущенной моркови	60	0,75	0,06	6,97	31,38
щи со свежей капустой и картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7	3,24	5,19	5,07	84,8
тефтели мясные в томатном соусе	60/20	7,18	7,09	8,34	125,85
гороховое пюре	130	11,79	2,96	30,29	196,94
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
Итого	687	26	15,8	83,13	586,45
полдник					
Омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
Фрукты свежие(яблоки)	100	1,5	0,5	21	96
Итого	331	19,28	29,01	53,18	551,06
Всего	1602	59,49	60,62	212,86	1647,86


 Утверждаю
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский
 детский сад "Солнышко"
 Кудряшова Е.В.

14.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	7,73	5,6	39,81	241,16
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
Итого	409	14,37	13,83	65,78	445,69
2 завтрак					
кисломолочный напиток (ацидофильный , напиток)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75,06
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	180	1,85	3,99	8,37	83,34
биточки домашние	70	10,38	8,1	14,95	154,75
картофель запеченный	140	3,8	8,25	29,53	212,8
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	71,52
хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	35	12,31	0,42	13,87	69,37
Итого	685	21,57	24,7	98,43	695,66
полдник					
Булочка дорожная	50	3,39	6,98	26,07	181
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
фрукты свежие(яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого	343	5,02	7,51	53,3	303,48
Всего	1617	45,89	50,54	225,07	1536,83

Утверждаю
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский
 детский сад "Солнышко"
 Кудряшова Е.В.



15.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/3	5,35	5,41	38,57	225
чай с сахаром, с яблоком	180/6/10	0,11	0,06	6,99	28,7
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
Итого	414	7,75	9,97	61,05	365,38
2 завтрак					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
Обед					
салат из зеленого горошка к/с	50	1,49	2,59	3,13	41,8
суп картофельный с гречневой крупой с куриными фрикадельками	180/10	2,84	3,21	9,52	81,94
капуста тушеная с мясом	185	8,58	10,87	16,41	205,1
компот из свежих фруктов	180	0,2	0,11	8,93	39,47
хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
Итого	665	17,27	17,42	63,69	494,59
полдник					
королевская ватрушка	150	18,44	10,96	58,36	404
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
фрукты свежие (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого	436	19,95	11,41	73,14	478,38
Всего	1695	45,88	38,8	216,05	1414,67

Утверждаю
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский детский сад "Солнышко"
 Кудряшова Е.В.



18.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом слив.	180/3	7,44	08.Гыйн	33,8	238,71
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
Итого	409	13,9	16,31	59,64	442,06
2 завтрак					
Ацидофильный напиток	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
Икра кабачковая	50	0,45	2,35	2,97	34,8
Рассольник Ленинградский на кур. Бульоне с мясом птицы со сметаной	180/10/7	3,94	6,57	8,91	114,76
Биточки руб. из рыбы запечен. в том. соусе	50/25	6,83	5,88	11,06	124,98
пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,1
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
Итого	697	18,09	20	90,83	622,15
полдник					
запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20	24,2	20,06	32,78	408,2
чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,01	23,94
фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого	436	24,66	20,48	48,6	479,14
Всего	1722	61,87	61,3	206,63	1635,34

«Утверждаю»
 Заведующая МБДОУ «Ивацкий детский сад «Солнышко»»
 Кудряшова Е.В.



20.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	180/3	5,34	8,4	29,46	215,85
чай с молоком , сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с сыром маслом слив.	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
Итого	409	14,37	13,83	65,78	445,69
2 завтрак					
кисломолочный напиток (ацидофильный напиток)/ печенье	180/40	5,22/3,00	4,5/3,92	7,56/29,76	92/166,80
Обед					
салат из свеклы с яблоками	60	0,65	3,1	3,86	46,02
суп картофельный с горохом на курином бульоне с гренками	180/10	5,2	3,95	19,51	143,56
птица тушеная с овощами по-татарски	40/30	10,06	10,89	3,96	154,36
макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3	4,81	6,09	22,96	165,79
кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24
хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
Итого	688	25,08	24,71	90,18	701,34
полдник					
ватрушка с творогом	90	13,2	15,3	55,8	402,05
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
Итого	276	13,81	15,55	62,48	433,43
Всего	1593	61,48	62,5	255,76	1839,26

Утверждаю
Заведующая МБДОУ "Ивашкинский
детский сад "Солнышко"

Кудряшова Е.В.



21.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,04	5,54	30,04	214,8
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	128,68
Итого	404	11,18	12,45	55,88	401,06
2 завтрак					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
Обед					
салат из квашенной капусты	50	0,85	2,5	4,23	42,85
суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне, с мясом говядины	180/10	4,22	2,33	8,77	76,57
котлеты рыбные	70	8,99	4,26	7,82	101,72
пюре картофельное с маслом слив.	140/3	2,88	6,65	19,12	147,9
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
Итого	673	19,98	16,24	72,4	516,52
полдник					
вак балиш с рисом и мясом	90	7,02	10,35	28,62	234,63
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
Фрукты свежие(апельсин)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого	376	7,48	10,77	44,44	305,73
Всего	1633	39,55	39,46	190,9	1299,63

Утверждаю
Заведующая МБДОУ "Ивашкинский
детский сад "Солнышко"
Кудряшова Е.В.



22.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша манная моллочная с маслом сливочным	180/3	5,45	5,3	29,08	186,3
чай без сахара, с мармеладом	180/20	0,09	0,02	23,84	96,3
Бутерброд с сыром маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
Итого	423	9,15	11,15	68,41	411,37
2 завтрак					
кисломолочный напиток (ряженка)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
салат из зеленого горошка	50	1,49	2,59	3,13	41,8
Суп картофельный с вермишелью мясными фрикадельками	180/10	3,68	3,21	12,22	101,69
Тефтели мясные с геркулесом	80	10,27	9,79	22,8	141,86
Рагу из овощей	150	2,53	15,7	12,29	202,86
компот из свежих фруктов	180	0,2	0,11	8,93	39,47
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Итого	715	22,76	32,06	88	667,54
полдник					
омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	0,28
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
Йогурт	180	4,35	3,75	6,3	76,66
Итого	523	20,7	28,85	29,93	463,3
Всего	1831	57,33	76,49	189,39	1613,77

Утверждаю
Заведующая МБДОУ "Ивацкинский
детский сад "Солнышко"

Е.В. Кудряшова
Кудряшова Е.В.



25.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша пшенная моллчная с маслом сливочным	180/3	5,17	5,33	24,92	184,24
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
Итого	404	10,49	12,23	50,89	371,68
2 завтрак					
сок разливной	180	0,9		18,18	76,32
Обед					
салат из кукурузы к/с	50	1,44	3,09	4,02	49,65
борщ со свежей капустой, скартофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7	1,48	4,59	8,12	85,97
плов из отварной птицы	200	11,19	10,93	31,8	282,55
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	71,52
хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
Итого	657	17,34	19,17	76,61	568,97
полдник					
сметанник	75	3,99	8,34	19,85	171,28
чай с сахаром, с яблоком	180/6/10	0,11	0,06	6,99	28,7
Итого	371	4,5	8,8	36,64	246,98
Всего	1612	33,24	40,2	182,32	1263,95


 Утверждаю
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский
 детский сад "Солнышко"
 Кудряшова Е.В.

26.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,04	5,54	30,04	214,8
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
Итого	404	11,18	12,45	55,88	401,06
2 завтрак					
кисломолочный напиток (катык)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
салат из квашенной капусты	50	0,85	2,5	4,23	42,85
суп картофельный с куриными фрикадельками	180/10	3,11	3,3	12,94	102,28
биточки рубленые из рыбы	80	9,76	6,21	11,74	142,4
Рис отварной рассыпчатый с маслом слив.	130/2	3,14	5,46	32,56	192,01
компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
Итого	687	20,84	18,19	110,28	699,05
полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром	150	10,38	8,89	21,29	206,33
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого	356	12,51	9,3	37,81	284,71
Всего	1627	49,75	44,44	211,52	1476,82


 Утверждаю
 Заведующая МБДОУ "Иваншкинский
 детский сад "Солнышко"
 Кудряшова Е.В.

27.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3	7,44	8,07	33,8	238,71
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
Итого	404	13,4	15,76	60,16	441,17
2 завтрак					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
Обед					
салат из припущенной моркови	60	0,75	0,06	6,97	31,38
щи со свежей капустой и картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7	3,24	5,19	5,07	84,8
тефтели мясные в томатном соусе	60/20	7,18	7,09	8,34	125,85
гороховое пюре	130	11,79	2,96	30,29	196,94
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
Итого	687	26	15,8	83,13	586,45
полдник					
Омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
Фрукты свежие(яблоки)	100	1,5	0,5	21	96
Итого	331	19,28	29,01	53,18	551,06
Всего	1602	59,49	60,62	212,86	1647,86


 Утверждаю
 Заведующая МБДОУ "Ивашкинский
 детский сад "Солнышко"
 Кудряшова Е.В.

28.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	7,73	5,6	39,81	241,16
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
Итого	409	14,37	13,83	65,78	445,69
2 завтрак					
кисломолочный напиток (ацидофильный напиток)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75,06
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	180	1,85	3,99	8,37	83,34
биточки домашние	70	10,38	8,1	14,95	154,75
картофель запеченный	140	3,8	8,25	29,53	212,8
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	71,52
хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37
Итого	685	21,57	24,7	98,43	695,66
полдник					
Булочка дорожная	50	3,39	6,98	26,07	181
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
фрукты свежие(яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого	343	5,02	7,51	53,3	303,48
Всего	1617	45,89	50,54	225,07	1536,83

Утверждаю
Заведующая МБДОУ "Ивашкинский
детский сад "Солнышко"

Кудряшова Е.В.

29.05.2026

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/3	5,35	5,41	38,57	225
чай с сахаром, с яблоком	180/6/10	0,11	0,06	6,99	28,7
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
Итого	414	7,75	9,97	61,05	365,38
2 завтрак					
сок разливной	180	0,9	0	18,18	76,32
Обед					
салат из зеленого горошка к/с	50	1,49	2,59	3,13	41,8
суп картофельный с гречневой крупой с куриными фрикадельками	180/10	2,84	3,21	9,52	81,94
капуста тушенная с мясом	185	8,58	10,87	16,41	205,1
компот из свежих фруктов	180	0,2	0,11	8,93	39,47
хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28
Итого	665	17,27	17,42	63,69	494,59
полдник					
королевская ватрушка	150	18,44	10,96	58,36	404
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
фрукты свежие (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого	436	19,95	11,41	73,14	478,38
Всего	1695	45,88	38,8	216,05	1414,67