


 Утверждаю
 Заведующая Ибрашова Е.В.
 детский сад "Солнышко"

01.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5	5,47	6,75	29,1	199,5
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	406	11,43	14,44	55,46	401,96
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,86	3,66	5,01	56,34
щи со свежей капустой и картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7	3,75	5,79	6,02	95,57
биточки рубленые из рыбы	80	9,76	6,21	11,74	142,4
пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,1
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	702	20,3	20,7	76,28	579,8
полдник					
омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
кондитер.изделие (печенье)	20	1,5	1,86	14,88	83,4
Итого	366	17,79	26,95	38,31	467,73
Всего	1694	50,52	62,08	190,26	1533,93

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



02.10.2025

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 (катык)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,38
рассольник ленинградский на бульоне из индейки, со сметаной	180/7	2,99	8,01	25,6	198,54
гуляш из отварной индейки	40/40	13,55	8,08	2,72	136,31
макаронные изделия отварные	130	3,92	3,36	27,64	145,06
кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	682	24,72	20,14	96,95	675,72
полдник					
слойка сладкая	35	2,95	3,36	14,64	123,78
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4
Итого	348	3,56	3,87	32,63	206,66
Всего	1619	47,88	42,34	202,91	1420,07

Заведующая МБДОУ "Ивашкинский детский сад" Савиных Е.В.
 Ивашкина Е.В.



03.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	7,46	9,52	33,83	251,91
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	406	12,6	16,43	59,67	438,17
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
огурцы свежие порционно	50	0,35	0,05	0,95	6
суп-лапша домашняя на курином бульоне	180	1,62	3,49	8,34	77,8
Биточки «Домашние»	70	10,38	8,1	14,95	154,75
рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	130/2	3,13	2,48	31,72	161,79
компот из ююма и яблок	180	0,35	0,12	26,2	108
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	657	18,8	14,78	99,99	597,53
полдник					
жаркое из индейки	180	17,46	19,61	17,05	316,23
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
кондитерские изделия (печенье)	20	1,5	1,86	14,88	83,4
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
Итого	416	21,85	21,96	53,38	501,58
Всего	1679	54,26	53,17	233,25	1621,72

Утв. _____
 Заведующая МБДОУ "Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад "Солнышко" № 1640020208" _____ Е.В.



06.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша «Дружба» мол. с маслом сл.	180/5	5,36		29,49	229,05
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	411	11,82	18,09	55,33	432,4
2 завтрак					
кисломолочный напиток с сахаром (кефир)	183	5,22	4,5	10,19	102
Обед					
салат из свежей (ранней) капусты с морковью	60	0,84	3,05	5,41	52,44
суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	180/10	4,93	3,8	12,68	114,56
Котлеты рубленые из говядины	70	11,79	13,09	11,51	211,06
пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,1
Напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	72
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	710	25,89	25,24	95,63	725,62
полдник					
булочка дорожная	50	3,39	6,98	26,07	181
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	336	3,85	7,4	41,88	251,94
Всего	1640	46,79	55,23	203,04	1511,96

Заведующий МБДОУ «Ивашкинский районный детский сад «Солнышко»
Кузнецова Е.В.



07.10.2025

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 (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
томаты свежие порционно	50	0,55	0,1	1,9	11
борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7	1,5	4,77	8,12	87,64
плов из отварной птицы	200	11,19	10,93	31,8	282,55
компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	45	2,31	0,42	13,86	69,3
Итого	687	18,25	16,68	97,05	632,27
полдник					
запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20	24,2	20,06	32,78	408,2
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
Итого	343	24,33	20,09	39,01	434,68
Всего	1634	54,35	52,31	212	1561,17

Заведующая ИБДОУ "Солнышко"
детский сад "Солнышко"



Олениова Е.В.

10.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
суп молочный со звездочками	200	5,75	5,21	16,83	132,4
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	15,82	106,74
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
Итого	421	11,71	12,9	48,14	350,82
2 завтрак					
кисломолочный напиток (кефир)	180/3	5,22	4,5	10,19	102
Обед					
салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,36	3,66	5,01	56,34
рассольник домашний с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/5	3,63	5,59	9,39	110/15
запеканка картофельная с мясом, со сметанным соусом	150/30	17,88	18,84	21,55	317,99
компот из изюма и яблок	180	0,35	0,12	26,2	108
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	660	25,7	28,75	79,98	681,67
полдник					
омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
кондит.изделие (пряники)	35	2,07	1,65	26,25	91,5
хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Итого	403	18,04	26,71	47,42	466,39
Всего	1667	60,67	72,86	185,73	1600,88

Утверждено
Заведующая МБДОУ "Ивановский
детский сад "Солнышко"
Кудряшова В.В.



13.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5	5,19	6,78	24,95	197,44
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
Итого	411	11,83	15,01	50,92	401,97
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1		20,2	84,44
Обед					
салат из свежей (ранней) капусты с морковью	60	0,84	3,05	5,41	52,44
суп из овощей на курином бульоне с мясом птицы, со сметаной	180/10/7	3,67	6,5	6,87	106,12
котлеты рыбные	70	8,99	4,26	7,82	101,72
рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	130/3	3,14	5,46	32,56	192,01
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,04	16,81	71,52
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	685	20,2	19,89	87,31	613
полдник					
макаронные изделия отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,58	250,8
чай с мармеладом	160/10	0	0	19,32	72,89
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
Итого	350	12,43	11,94	44,9	323,69
Всего	1646	45,46	46,83	203,33	1423,1



14.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5	6,06	6,99	30,07	228
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	406	11,2	13,9	55,91	414,26
2 завтрак					
кисломолочный напиток (ряженка)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
огурцы свежие порционно	50	0,35	0,05	0,95	6
суп картофельный с клецками на курином бульоне	180	3,77	4,26	13,55	117,36
тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	50/25	6,23	6,46	7,36	112,5
каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3	4,09	5,97	20,33	142,3
компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	663	17,55	17,42	85,12	570,49
полдник					
гребешки с повидлом	60	5,51	8,48	30,18	219
напиток из шиповника	180	0,61	0,23	6,68	31,38
фрукты свежие (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого	340	7,02	8,93	44,96	293,38
Всего	1589	40,99	44,76	193,55	1370,13



16.10.2025

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 (катык)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,38
рассольник ленинградский на бульоне из индейки, со сметаной	180/7	2,99	8,01	25,6	198,54
гуляш из отварной индейки	40/40	13,55	8,08	2,72	136,31
макаронные изделия отварные	130	3,92	3,36	27,64	145,06
кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	682	24,72	20,14	96,95	675,72
полдник					
слойка сладкая	35	2,95	3,36	14,64	123,78
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4
Итого	348	3,56	3,87	32,63	206,66
Всего	1619	47,88	42,34	202,91	1420,07



17.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	7,46	9,52	33,83	251,91
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	406	12,6	16,43	59,67	438,17
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
огурцы свежие порционно	50	0,35	0,05	0,95	6
суп-лапша домашняя на курином бульоне	180	1,62	3,49	8,34	77,8
Биточки «Домашние»	70	10,38	8,1	14,95	154,75
рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	130/2	3,13	2,48	31,72	161,79
компот из ююма и яблок	180	0,35	0,12	26,2	108
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	657	18,8	14,78	99,99	597,53
полдник					
жаркое из индейки	180	17,46	19,61	17,05	316,23
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
кондитерские изделия (печенье)	20	1,5	1,86	14,88	83,4
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
Итого	416	21,85	21,96	53,38	501,58
Всего	1679	54,26	53,17	233,25	1621,72

Заведующая МБДОУ "Иванкинский детский

сад "Солнышко"

Иванцова Е.В.



20.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша «Дружба» мол. с маслом сл.	180/5	5,36		29,49	229,05
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	411	11,82	18,09	55,33	432,4
2 завтрак					
кисломолочный напиток с сахаром (кефир)	183	5,22	4,5	10,19	102
Обед					
салат из свежей (ранней) капусты с морковью	60	0,84	3,05	5,41	52,44
суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	180/10	4,93	3,8	12,68	114,56
Котлеты рубленые из говядины	70	11,79	13,09	11,51	211,06
пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,1
Напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	72
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	710	25,89	25,24	95,63	725,62
полдник					
булочка дорожная	50	3,39	6,98	26,07	181
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	336	3,85	7,4	41,88	251,94
Всего	1640	46,79	55,23	203,04	1511,96

Заведующая МБДОУ "Игравский детский сад "Солнышко" Судрягина Е.В.



23.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	7,46	9,52	33,83	251,91
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	411	13,92	17,76	59,67	455,26
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
огурцы свежие порционно	50	0,35	0,05	0,95	6
суп гороховый с картофелем на курином бульоне	180	3,95	3,79	11,91	106,74
фрикадельки из птицы	80	11,24	10,07	7,04	164
рагу из овощей	150	2,53	15,7	12,29	202,86
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	685	21,44	30,17	66,62	636,99
полдник					
ватрушка королевская	150	18,44	10,96	58,36	404
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
Итого	336	18,5	11,02	58,42	404,06
Всего	1632	54,87	58,96	204,91	1580,75

Заведующая МБДОУ "Квашевский
детский сад "Солнышко"

Кудрявцева Л.В.



24.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
суп молочный со звездочками	200	5,75	5,21	16,83	132,4
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	15,82	106,74
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,,29	4,5	15,49	111,68
Итого	421	11,71	12,9	48,14	350,82
2 завтрак					
кисломолочный напиток (кефир)	180/3	5,22	4,5	10,19	102
Обед					
салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,36	3,66	5,01	56,34
рассольник домашний с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/5	3,63	5,59	9,39	110/15
запеканка картофельная с мясом , со сметанным соусом	150/30	17,88	18,84	21,55	317,99
компот из изюма и яблок	180	0,35	0,12	26,2	108
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	660	25,7	28,75	79,98	681,67
полдник					
омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
кондит.изделие (пряники)	35	2,07	1,65	26,25	91,5
хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Итого	403	18,04	26,71	47,42	466,39
Всего	1667	60,67	72,86	185,73	1600,88

Заведующая МДОУ "Центральный детский сад "Солнышко"



Судрякова Е.В.

27.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5	5,19	6,78	24,95	197,44
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
Итого	411	11,83	15,01	50,92	401,97
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1		20,2	84,44
Обед					
салат из свежей (ранней) капусты с морковью	60	0,84	3,05	5,41	52,44
суп из овощей на курином бульоне с мясом птицы, со сметаной	180/10/7	3,67	6,5	6,87	106,12
котлеты рыбные	70	8,99	4,26	7,82	101,72
рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	130/3	3,14	5,46	32,56	192,01
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,04	16,81	71,52
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	685	20,2	19,89	87,31	613
полдник					
макаронные изделия отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,58	250,8
чай с мармеладом	160/10	0	0	19,32	72,89
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
Итого	350	12,43	11,94	44,9	323,69
Всего	1646	45,46	46,83	203,33	1423,1

Заведующая МБДОУ "Центральный детский сад "Солнечный сад"

Иванова Л.В.



28.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5	6,06	6,99	30,07	228
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	406	11,2	13,9	55,91	414,26
2 завтрак					
кисломолочный напиток (ряженка)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
огурцы свежие порционно	50	0,35	0,05	0,95	6
суп картофельный с клецками на курином бульоне	180	3,77	4,26	13,55	117,36
тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	50/25	6,23	6,46	7,36	112,5
каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3	4,09	5,97	20,33	142,3
компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	663	17,55	17,42	85,12	570,49
полдник					
гребешки с повидлом	60	5,51	8,48	30,18	219
напиток из шиповника	180	0,61	0,23	6,68	31,38
фрукты свежие (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого	340	7,02	8,93	44,96	293,38
Всего	1589	40,99	44,76	193,55	1370,13

Заведующая МБДОУ "Игarka" детский сад "Солнышко" Корякова Е.В.



29.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5	5,47	6,75	29,1	199,5
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	406	11,43	14,44	55,46	401,96
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,86	3,66	5,01	56,34
щи со свежей капустой и картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7	3,75	5,79	6,02	95,57
биточки рубленые из рыбы	80	9,76	6,21	11,74	142,4
пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,1
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	702	20,3	20,7	76,28	579,8
полдник					
омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
кондитер.изделие (печенье)	20	1,5	1,86	14,88	83,4
Итого	366	17,79	26,95	38,31	467,73
Всего	1694	50,52	62,08	190,26	1533,93

Уд. № 100/2025
 Заведующая МБДОУ "Иванковский
 детский сад" Олньонский район



30.10.2025

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 (катык)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,38
рассольник ленинградский на бульоне из индейки, со сметаной	180/7	2,99	8,01	25,6	198,54
гуляш из отварной индейки	40/40	13,55	8,08	2,72	136,31
макаронные изделия отварные	130	3,92	3,36	27,64	145,06
кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	682	24,72	20,14	96,95	675,72
полдник					
слойка сладкая	35	2,95	3,36	14,64	123,78
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4
Итого	348	3,56	3,87	32,63	206,66
Всего	1619	47,88	42,34	202,91	1420,07

Заведующая МДОУ «Ивацкинский
детский сад «Солнышко»
Дрягина Е.В.



31.10.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	7,46	9,52	33,83	251,91
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	406	12,6	16,43	59,67	438,17
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
огурцы свежие порционно	50	0,35	0,05	0,95	6
суп-лапша домашняя на курином бульоне	180	1,62	3,49	8,34	77,8
Биточки «Домашние»	70	10,38	8,1	14,95	154,75
рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	130/2	3,13	2,48	31,72	161,79
компот из ююма и яблок	180	0,35	0,12	26,2	108
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	657	18,8	14,78	99,99	597,53
полдник					
жаркое из индейки	180	17,46	19,61	17,05	316,23
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
кондитерские изделия (печенье)	20	1,5	1,86	14,88	83,4
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
Итого	416	21,85	21,96	53,38	501,58
Всего	1679	54,26	53,17	233,25	1621,72