

«Утверждаю» Директор МБДОУ

Серенко Ю.Н.

Приказ № 36 от 29.05.2026

| Прием<br>пищи  | №<br>рецепт<br>ур | Наименование блюд                           | Вес<br>бл<br>юд<br>а | пищевые вещества |      |              |
|----------------|-------------------|---------------------------------------------|----------------------|------------------|------|--------------|
|                |                   |                                             |                      | Белк<br>и        | Жиры | Углево<br>ды |
| Неделя<br>1    |                   |                                             |                      |                  |      |              |
| 4 день         |                   |                                             |                      |                  |      |              |
| Завтра<br>к    | 75<br>Конь        | Каша молочная манная                        | 200                  | 6,2              | 7,5  | 31,5         |
|                | 514               | Кофейный напиток с молоком<br>(1-й вариант) | 180                  | 2,9              | 2,4  | 14,3         |
|                | 487               | Масло сливочное                             | 5                    | 0,0              | 4,1  | 0,0          |
|                | 114               | Хлеб пшеничный                              | 30                   | 2,3              | 0,2  | 14,8         |
|                |                   | Итого за завтрак                            | 415                  | 11,4             | 14,2 | 60,6         |
| 2ой<br>завтрак | 537               | Сок фруктовый                               | 140                  | 0,7              | 0,2  | 14,2         |
|                |                   | Итого за 2 завтрак                          | 140                  | 0,7              | 0,2  | 14,2         |
| Обед           | 139               | Рассольник ленинградский                    | 210                  | 3,8              | 7,2  | 22,8         |
|                | 2,2               | Сардельки мясные<br>припущенные             | 70                   | 13,9             | 10,9 | 2,5          |
|                | 434               | Картофельное пюре                           | 130                  | 2,1              | 4,2  | 11,8         |
|                | 463               | Соус томатный с овощами                     | 30                   | 0,4              | 1,2  | 2,2          |
|                | 526               | Компот из свежих фруктов                    | 180                  | 0,1              | 0,1  | 12,2         |
|                | 115               | Хлеб ржаной                                 | 38                   | 2,5              | 0,5  | 12,7         |
|                | 114               | Хлеб пшеничный                              | 15                   | 1,1              | 0,1  | 7,4          |
|                |                   | Итого за обед                               | 673                  | 23,9             | 24,2 | 71,6         |
|                | 30                | Салат из свежих огурцов с<br>зеленым луком  | 60                   | 0,5              | 6,1  | 1,3          |
|                | 307               | Омлет натуральный                           | 130                  | 11,1             | 12,3 | 3,0          |
|                | 589               | Печенье                                     | 30                   | 2,3              | 2,9  | 22,3         |
|                | 534               | Молоко                                      | 200                  | 5,8              | 5,0  | 9,6          |
|                | 114               | Хлеб пшеничный                              | 20                   | 1,5              | 0,1  | 9,9          |
|                |                   | Итого за полдник                            | 470                  | 24,0             | 26,3 | 59,1         |
|                |                   | Итого за день                               | 1698                 | 60,0             | 64,9 | 205,5        |
|                |                   |                                             |                      | 14,9             | 36,3 | 51,1         |