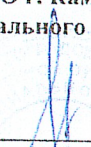


Предлагаемое 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

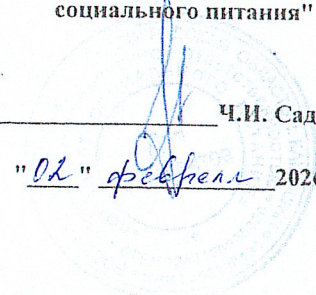
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования посещающих
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение городского округа-город
Камышин / 2026г./148,30руб./

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО г. Камышин "Комбинат
социального питания"

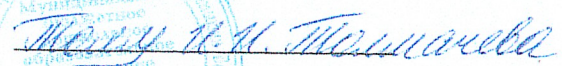


Ч.Н. Садыхов

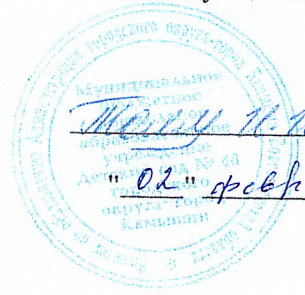
"02" февраля 2026 г.



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ



"02" февраля 2026 г.



Приложение № 1 к Контракту от 02 февраля 2026 г.

10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования посещающих Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение городского округа-город Камышин 2026 г./148,30руб./

3-7г. 2026г. 148,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества			Знерг. к/кал.	Витам ин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак								
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ И МАСЛОМ	180	4.08	17.08	29.76	289	0.037	№206
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	2.6	№392
	БАТОН	20	1.6	0.58	10.4	49.2	0	сб.2011
	ПОВИДЛО	30	0.08	0	8	38		сб.2011
		430	0	0	0	0	0	
11 Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0.3	0	14.5	55.6	0.34	№376
		100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП С КАРТОФЕЛЕМ И С КЛЕЦКАМИ	180	14.785	11.36	29.51	296.3	0.45	№85
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	13.26	11.56	39.65	303.88	7.34	№302
	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
		590	0	0	0	0	0	
Полдник	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ	180	6.594	13.27	24.184	239.89	1.35	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	2.6	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	40	1.98	0.33	12.3	61.8	0	сб.2011
		420	0	0	0	0	0	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	2.6	№392
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5.12	4.64	0.28	63.48		№213
	БАТОН	30	1.6	0.58	10.4	49.2	0	сб.2011
		270	0	0	0	0	0	
Итого за 1 день:	белки-54,53 жиры-60,09 углеводы-261,99 к/кал.-1800,83	1810	54.53	60.09	261.99	1800.83	17.66	

3-7г. 2026г. 148,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества			Знерг. к/кал.	Витам ин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 2								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	4.85	4.02	19.7	135.1	0.9	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40		№392
	БАТОН	20	1.6	0.58	10.4	49.2	0	
		400	0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0.54	0	26.1	100.08	0.34	№376
		100	0	0	0	0	0	
ОБЕД	СУП ЛАПША С КУРИЦЕЙ	180	6.06	6.8	8.03	194.91	5.34	№86
	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ В СОУСЕ №355	90	10.64	21.2	9.38	177.3	0.3	№308
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2.75	4.62	16.17	116.6	0.2	№321
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0.54	0	26.1	100.08	0.34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1.98	0.33	12.3	61.8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2.43	0.3	14.64	72.6	0	сб.2011
		605						
Полдник	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	7.28	9.8	35.97	145.6	1	№591
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	5.65	3.23	23.85	169.72	0.03	№466
		250	0	0	0	0	0	
Ужин	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО ПРОТЕРТОГО МЯСА	65	6.1	2.82	15.62	230.22	0.24	№277
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1.1	6	8.405	95.003	0	№317
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40		№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2.43	0.3	14.64	72.6		сб.2011
		415	0	0	0	0	0	
Итого за 2 день:	белки-54,07 жиры-60,04 углеводы-261,29 к/кал.-1800,81	1770	54.07	60.04	261.29	1800.81	8.69	

3-7г. Зима 2026г. 148,35 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества			Знерг. к/кал.	Витам ин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 3								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	180	4.14	3.06	29.06	189.8	0.75	№93
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ /Батон/	50	2.58	18.36	16.6	256.86	0.13	№3
		430	0	0	0	0	0	
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0.4	0.4	9.8	42	2	№399
		100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	11.88	6.16	28.21	265.66	7.59	№81
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ПО КУПЕЧЕСКИ С КУРИЦЕЙ	160	9.82	6.13	20.94	191.36	0.56	ТТК-96
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0.65	1.75	4.25	48		сб.2011
	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
		640						
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5.12	4.64	0.28	63.48	0.7	№213
	БАТОН	30	1.6	0.58	10.4	49.2	14	сб.2011
		270	0	0	0	0	0	0
Ужин	БЛИНЧИКИ	100	5	7	22	170	0.05	№447
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	20	1.44	1.7	11.2	64		сб.2011
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	7.28	9.8	35.97	145.6	1	№591
		320	0	0	0	0	0	
Итого за 3 день:	белки-54,98 жиры-60,25 углеводы-261,73 к/кал.-1800,44	1760	54.98	60.25	261.73	1800.44	27.18	

3-7г. 2026г. 148,30 р.								
Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества			Знерг. к/кал.	Витам ин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 4								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	7.56	3.78	45.1	211.18	0.7	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	7	0.08	0.25	0.13	66.1	0	сб.2011г
	БАТОН	20	1.6	0.58	10.4	49.2	0	сб.2011г
		407	0	0	0	0	0	
11 Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0.54	0	26.1	100.08	0.34	№376
		100	0	0	0	0	0	
Обед	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	7.1	5.67	19.72	264.1	5.34	№57
	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	160	8.55	16.24	17.6	305.02	22	№304
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	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
			580	0	0	0	0	0
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	50	2.1	6.45	12.8	117.5	0.2	№454
		250	0	0	0	0	0	
Ужин	ЗРАЗА РЫБНАЯ С СОУСОМ №348	100	17.43	22.02	19.35	116.2	0.25	№265
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	2.21	4.68	12.74	143.6	0.03	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2.43	0.3	14.64	72.6	0	сб.2011
		430	0	0	0	0	0	
Итого за 4 день:	белки-54,73 жиры-60,66 углеводы-261,59 к/кал.-1800,06	1767	54.73	60.66	261.59	1800.06	29.29	

3-7г. 2026г. 148,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества			Знерг. к/кал.	Витам ин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 5								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	9.86	15.9	25.72	297.5	1.7	№94
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	БАТОН	20	1.6	0.58	10.4	49.2	0	сб.2011
	СЫР	10	2.6	2.65	0.35	35.5		сб.2011
		410	0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0.54	0	26.1	100.08	0.34	№376
		100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	180	11.6	19.11	20.78	291.12	14.3	№82
	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	145	8.181	7.362	25.8	299.53	5.97	№276
	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
		585	0	0	0	0	0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	5.38	3.653	28.59	195.3	0.02	№458
		245	0	0	0	0	0	
Ужин	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ №354	100	2.43	0.3	14.64	72.6	0	№236
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	7.28	9.8	35.97	145.6	0.12	№591/96
		300	0	0	0	0	1	
Итого за 5 день:	белки-54,54 жиры-60,03 углеводы-261,37 к/кал.-1800,91	1640	54.54	60.03	261.37	1800.91	23.85	

3-7г. 2026г. 148,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества			Энерг. к/кал.	Витам ин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 6								
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И САХАРОМ	180	7.237	9.186	21.23	157.36	0.037	ТТК-16
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	БАТОН	20	1.6	0.58	10.4	49.2	0.1	сб.2011
		400	0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0.54	0	26.1	100.08	0.36	№376
		100	0	0	0	0	0	
Обед	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	5.402	6.56	27	183.4	16	№67
	ТЕФТЕЛИ В СОУСЕ №348	90	8.181	7.362	23.92	262.53	5.97	№287
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	130	2.066	3.69	10.313	199.94	18.45	№314
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0.54	0	26.1	100.08	0.36	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1.98	0.33	12.3	61.8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2.43	0.3	14.64	72.6	0	сб.2011
			620	0	0	0	0	0
Полдник	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ №354	150	6.29	10.75	4.05	169.1	0.9	№237
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	7.28	9.8	35.97	145.6	0.12	№591/96
		330	0	0	0	0	0	
Ужин	ОВОЩНОЕ РАГУ	130	8.54	11.13	16.7	156.51	0.58	№344
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1.98	0.33	12.3	61.8	0.1	сб.2011
		350	0	0	0	0	0	0
Итого за 6 день:	белки-54,19 жиры-60,06 углеводы-261, к/кал.-1800	1800	54.19	60.06	261.00	1800.00	43.04	

3-7г. 2026г. 148,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества			Знерг. к/кал.	Витам ин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 7								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	2.38	2.917	8.08	229.5	0.7	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	БАТОН	20	1.6	0.58	10.4	49.2	0	сб.2011
		400	0	0	0	0	0	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0.3	0	14.5	55.6	0.34	№376
		100	0	0	0	0	0	
Обед	СУП РИСОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	180	6.443	7.537	18.25	194.94	8.4	№80
	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	70	9.66	19.89	20.39	215.7	0	№305
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	10	0.54	2.91	1.65	34.47	0.02	№355
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1.1	6	8.405	95.003	0	№317
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0.54	0	26.1	100.08	0.34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1.98	0.33	12.3	61.8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2.43	0.3	14.64	72.6	0	сб.2011
			630	0	0	0	0	0
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	9.06	3.37	37.99	255.42	0.13	№460
		250	0	0	0	0	0	
Ужин	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ №348	80	11.6	8.57	23.95	148.05	0.3	№261
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	4.6	7.52	22.1	106.6	0.1	№314
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1.98	0.33	12.3	61.8	0	сб.2011
		430	0	0	0	0	0	
Итого за 7 день:	белки-54,39 жиры-60,31 углеводы-261,03 к/кал.-1800,76	1810	54.39	60.31	261.03	1800.76	10.42	

3-7г. 2026г. 148,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества			Знерг. к/кал.	Витам ин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 8								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	180	3.94	7.56	30.8	137.38	1.02	№94
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	БАТОН	20	1.6	0.58	10.4	49.2	0	сб.2011
	СЫР	10	3.9	3.975	0.525	53.25		сб.2011
		410	0	0	0	0	0	0
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0.4	0.4	9.8	42	1	№399
		100	0	0	0	0	0	0
Обед	СУП ПШЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	180	3.06	4.63	6.3	185	7.6	№80
	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	4.98	5.12	10.04	149.1	0.5	№282
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	3.49	0.65	10.88	187.94	18.45	№317
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0.54	0	26.1	100.08	0.34	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1.98	0.33	12.3	61.8	0	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2.43	0.3	14.64	72.6	0	сб.2011
			620	0	0	0	0	0
Полдник	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	12.7	13.5	57.89	192.7	0.12	№591/96
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	5.38	3.653	28.59	195.3	0.02	№458
		245	0	0	0	0	0	
Ужин	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ В СОУСЕ № 355	145	4.93	17.45	8.2	172.045	0.5	№133-2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2.43	0.3	14.64	72.6	0	сб.2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.67	2.34	9.91	89	1.2	№392
		365	0	0	0	0	0	
Итого за 8 день:	белки-54,49 жиры-60,81 углеводы-261,01 к/кал.-1800	1740	54.49	60.81	261.01	1800.00	30.78	

3-7г. 2026г. 148,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества			Знерг. к/кал.	Витам ин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 9								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	8.358	11.5	51.29	271.26	0.9	№215
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2.43	0.3	14.64	72.6	0	сб.2011г
		325	0	0	0	0	0	0
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0.3	0	14.5	55.6	0.36	№376
Обед	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	8.6	9.85	44.3	298.01	7.6	№76
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	165	10.42	21.89	5.76	242	0.09	№336
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0.54	0	26.1	100.08	0.36	№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
			625	0	0	0	0	0
			200	0.06	0.02	9.99	40	0.03
Полдник	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10	2.6	2.65	0.35	35.5	3.48	сб.2011
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	5.65	3.23	23.85	169.72		№466
		260	0	0	0	0	0	
Ужин	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	9.28	9.927	8.08	229.5	0.7	17.18
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	0	0	15.66	62.46	0.03	№591/96
	БАТОН	20	1.6	0.58	10.4	49.2	0	сб.2011
		400	0	0	0	0	0	
Итого за 9 день:	белки-54,31 жиры-60,6 углеводы-261,85 к/кал.-1800,31	1710	54.31	60.60	261.85	1800.33	13.58	

3-7г. 2026г. 148,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества			Знерг. к/кал.	Витам ин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 10								
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	18.48	15.52	25.65	342.1	0.9	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.43	0.3	14.64	72.6	0	сб.2011
		410	0	0	0	0	0	
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0.4	0.4	9.8	42	1	№399
		100	0	0	0	0	0	
Обед	ЩИ ПО УРАЛЬСКИ	200	6.917	15.12	25.188	258.63	16	№72
	ОЛАДЬИ ПЕЧЕНОЧНЫЕ	65	10.59	14.65	38.21	306	6	425-96г
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2.75	4.62	16.17	116.6	0.2	№321
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0.54	0	26.1	100.08	0.36	№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
		635	0	0	0	0	0	
Полдник	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40	0.32	0.32	27.9	116	3.48	№454
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
		240	0	0	0	0	0	
Ужин	ВИНЕГРЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	5.1	8.78	6.21	119.14		№45
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2.43	0.3	14.64	72.6	0	сб.2011г
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.06	0.02	9.99	40	0.03	№392
		320	0	0	0	0	0	
Итого за 10 день:	белки-54,55 жиры-60,70 углеводы-261,42 к/кал.-1800,16	1705	54.55	60.70	261.42	1800.15	28.03	

Меню разработано на основании Сборника рецептур 2011г. блюд

17512

и кулинарных изделий в дошкольных организациях редактор Могильный М.П.

СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД
белки-54,55 жиры-60,70 углеводы-261,42 к/кал.-1800,16
ЗНАЧЕНИЕ ПО НОРМАМ СанПина 2.3/2.4.3590-20