

МБДОУ «ДС №2 «Кунешчик» г. Бахчисарай

Алиева С.М.



21.10.2025

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием	Наименование блюда	Выход блюда	Пиц	цевые вещ	Энергетическая	
пищи			Белки	Жиры	Углеводы	ценность
Завтрак	Каша жидкая молочная с овсяными хлопьями "Геркулес"	200	7,63	12,52	33,45	287,21
	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,45	7,55	14,62	136,00
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
	Итого за завтрак:	415	10,14	20,09	58,06	463,21
Второй	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00
завтрак	Итого за второй завтрак:	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед	Суп с макаронными изделиями	180	1,90	2,00	12,60	85,10
	Рагу из овощей	130	1,79	9,24	11,17	135,00
	Котлеты рубленные из птицы	70	14,52	9,56	13,46	198,00
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	23,94	97,80
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,02	0,67	34,80
	Итого за обед:	610	22,30	21,14	86,83	652,40
Полдник	Сырники из творога соусом молочным	70	10,80	8,07	16,26	180,00
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
	Итого за полдник:	250	10,86	8,09	26,25	220,00
	Итого за весь день:	1375	43,70	49,72	180,94	1379,61

Ответственный по питанию:



Возрастная категория: 3-7 лет

Прием	Наименование	Выход	Пиц	цевые вещ	Энергетическая	
пищи	блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность
Завтрак	Каша жидкая молочная манная	200	5,96	10,46	31,60	245,02
	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,45	7,55	14,62	136,00
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
	Итого за завтрак:	415	8,47	18,03	56,21	421,02
Второй завтрак	Сок овощной, фруктовый, ягодный	180	0,90	0,00	22,66	95,00
	Итого за второй завтрак:	180	0,90	0,00	22,66	95,00
Обед	Рассольник ленинградский	180	1,50	3,70	11,90	86,90
	Картофельное пюре	130	2,66	4,16	17,71	118,95
	Шницель рыбный с соусом томатным	80	11,07	4,63	9,53	123,58
	Салат из овощей по — сезону(свекла с зел.горошком)	30	0,50	1,30	2,50	23,13
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	23,94	97,80
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,02	0,67	34,80
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70
	Итого за обед:	620	19,82	14,13	91,24	586,86
Полдник	Пицца	50	8,03	6,69	13,97	148,00
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00
	Итого за полдник:	230	8,15	6,71	24,17	189,00
	Итого за весь день:	1445	37,34	38,87	194,28	1291,88

Ответственный по питанию:



Возрастная категория: 3-7 лет

Прием	Наименование	Выход	Пиц	цевые вещ	Энергетическая	
пищи	блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность
Завтрак	Каша жидкая молочная гречневая	200	9,09	12,99	35,19	295,00
	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,45	7,55	14,62	136,00
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
	Итого за завтрак:	415	11,60	17,38	59,80	471,00
Второй завтрак	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00
	Итого за второй завтрак:	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед	Суп с бобовыми	180	4,00	3,80	11,80	97,00
	Салат из овощей по сезону(из кв.капусты)	30	0,50	1,50	2,53	25,71
	Макаронные изделия отварные	130	4,80	3,91	22,92	145,99
	Котлеты мясные с соусом томатным	80	8,20	8,00	11,50	151,80
	Компот из свежих плодов	180	0,22	0,13	25,05	102,24
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	23,94	97,80
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,02	0,67	34,80
	Итого за обед:	650	21,41	17,66	98,41	655,34
Полдник	Оладьи со сгущенным молоком	70	4,48	2,72	24,77	141,52
	Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,00
	Итого за полдник:	250	9,96	7,60	33,84	243,52
	Итого за весь день:	1415	43,37	43,04	201,85	1413,86

Ответственный по питанию:



Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование блюда	Выход блюда	Пиц	цевые вещ	Энергетическая	
		Белки	Жиры	Углеводы	ценность
Макароны отварные с сыром	160	9,29	10,01	22,71	218,00
Бутерброд с джемом или повидлом	55	2,51	3,93	28,88	161,00
	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Итого за завтрак:	395	11,86	13,96	61,58	419,00
Сок овощной, фруктовый,	180	0.90	0.00	22.66	95,00
- ''	100	0,70	0,00	22,00	75,00
<u>-</u>	180	0,90	0,00	22,66	95,00
Борщ с капустой и	180	1,31	3,54	9,17	73,80
Салат из овощей по- сезону(св.огурцы)	30	0,30	1,50	0,80	17,9
Каша вязкая пшеничная	130	3,47	3,68	21,28	132,08
Тефтели I вариант	100	8,87	9,83	11,71	171,00
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	23,94	97,80
Хлеб ржаной	20	1,32	0,02	0,67	34,80
Компот из свежих плодов	180	0,22	0,13	25,05	102,24
Итого за обед:	670	17,86	19,00	92,62	629,62
Кондитерское изделие	70	3,19	1,20	25,30	125,00
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Итого за полдник:	250	3,25	1,22	35,29	165,00
Итого за весь	1425	33,87	34,18	212,15	1308,62
	блюда Макароны отварные с сыром Бутерброд с джемом или повидлом Чай с сахаром Итого за завтрак: Сок овощной, фруктовый, ягодный Итого за второй завтрак: Борщ с капустой и картофелем Салат из овощей по- сезону(св.огурцы) Каша вязкая пшеничная Тефтели І вариант Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Компот из свежих плодов Итого за обед: Кондитерское изделие Чай с сахаром Итого за полдник:	блюда блюда Макароны отварные с сыром 160 Бутерброд с джемом или повидлом 55 Чай с сахаром 180 Итого за завтрак: 395 Сок овощной, фруктовый, ягодный 180 Итого за второй завтрак: 180 Борщ с капустой и картофелем 30 Салат из овощей посезону(св.огурцы) 30 Каша вязкая пшеничная 130 Тефтели I вариант 100 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 20 Компот из свежих плодов 180 Итого за обед: 670 Кондитерское изделие 70 Чай с сахаром 180 Итого за полдник: 250 Итого за весь 1425	блюдаБелкиМакароны отварные с сыром1609,29Бутерброд с джемом или повидлом552,51Чай с сахаром1800,06Итого за завтрак:39511,86Сок овощной, фруктовый, ягодный1800,90Итого за второй завтрак:1800,90Борщ с капустой и картофелем1801,31Салат из овощей посезону(св.огурцы)300,30Каша вязкая пшеничная1303,47Тефтели I вариант1008,87Хлеб пшеничный302,37Хлеб ржаной201,32Компот из свежих плодов1800,22Итого за обед:67017,86Кондитерское изделие703,19Чай с сахаром1800,06Итого за полдник:2503,25Итого за весь142533,87	блюда Белки Жиры Макароны отварные с сыром 160 9,29 10,01 Бутерброд с джемом или повидлом 55 2,51 3,93 Чай с сахаром 180 0,06 0,02 Итого за завтрак: 395 11,86 13,96 Сок овощной, фруктовый, ягодный 180 0,90 0,00 Итого за второй завтрак: 180 0,90 0,00 Борщ с капустой и картофелем 180 1,31 3,54 Салат из овощей по-сезону(св.огурцы) 30 0,30 1,50 Каша вязкая пшеничная 130 3,47 3,68 Тефтели I вариант пефтели I вариант по-сезону(св.огурцы) 30 2,37 0,30 Хлеб ржаной гор жаной гор жаной гор жаной гор жаной гор жаной гор жаной гор	блюда Белки Жиры Углеводы Макароны отварные с сыром 160 9,29 10,01 22,71 Бутерброд с джемом или повидлом 55 2,51 3,93 28,88 Чай с сахаром 180 0,06 0,02 9,99 Итого за завтрак: 395 11,86 13,96 61,58 Сок овощной, фруктовый, ягодный 180 0,90 0,00 22,66 Итого за второй завтрак: 180 0,90 0,00 22,66 Борщ с капустой и картофелем 180 1,31 3,54 9,17 Салат из овощей посезону(св.огурцы) 30 0,30 1,50 0,80 Посезону(св.огурцы) Каша вязкая пшеничная 130 3,47 3,68 21,28 Тефтели I вариант хлеб пшеничный зо 2,37 0,30 23,94 23,94 Хлеб ржаной 20 1,32 0,02 0,67 Компот из свежих плодов 180 0,22 0,13 25,05 Кондитерское изделие 70 3,19 1,20 25,30

Ответственный по питанию:



Возрастная категория: 3-7 лет

Прием	Наименование блюда	Выход блюда	Пиц	цевые веі	Энергетическая	
пищи			Белки	Жиры	Углеводы	ценность
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,31	3,91	14,13	108,90
	Бутерброд с джемом или повидлом	55	2,51	3,93	28,88	161,00
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
	Итого за завтрак:	385	6,88	7,86	53,00	309,90
Второй завтрак	Сок овощной, фруктовый, ягодный	180	0,90	0,00	22,66	95,00
	Итого за второй					
	завтрак:	180	0,90	0,00	22,66	95,00
Обед	Борщ с картофелем	180	1,47	3,60	10,16	79,02
	Плов из птицы	180	22,26	21,91	35,69	429,00
	Овощи по-сезону (огурцы)/порционно/	30	0,33	0,03	1,05	6,00
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	23,94	97,80
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,02	0,67	34,80
	Компот из свежих плодов	180	0,22	0,13	25,05	102,24
	Итого за обед:	620	27,97	25,99	96,56	748,86
Полдник	Кондитерское изделие	70	2,91	10,69	28,90	223,00
	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,56	92,00
	Итого за полдник:	250	8,13	15,19	36,46	315,00
	Итого за весь день:	1435	43,88	49,04	208,68	1468,76

Ответственный по питанию: