

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 Детский сад № 31 городского округа – город Камышин  
 (МБДОУ Дс № 31)



**УТВЕРЖДАЮ**  
 Заведующий МБДОУ Дс № 31  
 Я.А. Перевезенцева

12.01.2026

**Ежедневное меню основного питания**  
 Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
 Детский сад № 31 городского округа – город Камышин

на 26.03.2026

Возрастная категория: 3 – 7 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 11–12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)			Знерг. к/кал.	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>День 4</b>							
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,56	3,78	45,1	211,18	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	№392
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	7	0,08	0,25	0,13	66,1	сб.2011г.
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	сб.2011 г
		<b>407</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
I Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,54	0	26,1	100,08	№376
		<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
Обед	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	7,1	5,67	19,72	264,1	№57
	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	160	8,55	16,24	17,6	305,02	№304
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1	100,08	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3	61,8	сб.2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64	72,6	сб.2011
		<b>580</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,02	9,99	40	№392
	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	50	2,1	6,45	12,8	117,5	№454
		<b>250</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
Ужин	ЗРАЗА РЫБНАЯ С СОУСОМ №348	100	17,43	22,02	19,35	116,2	№265
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	2,21	4,68	12,74	143,6	№168
	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
		<b>430</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
Итого за 4 день:	белки-54,73 жиры-60,66 углеводы-261,59 к/кал.-1800,06	<b>1767</b>	<b>54,73</b>	<b>60,66</b>	<b>261,59</b>	<b>1800,06</b>	

Ответственный за организацию питания *Н.А. Коробейникова* Н.А. Коробейникова