

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 17.03.2026

Возрастная категория: 1 – 3 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 11–12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	выход				энерг к.кал	№ рецептурь
			Б	Ж	у		
День 7							
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,38	7,917	2,08	119,5	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	218,32	№392
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4	49,2	сб.-2011
		350					
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,3	0	14,5	55,6	№376
		100					
Обед	СУП РИСОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	3,163	4,337	9,76	110,6	№80
	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	60	4,46	14,379	5,37	84,8	№305
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	15	0,54	2,91	1,65	34,47	№ 355
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	1,1	6	5,405	65,003	№317
	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	20	2,43	0,3	14,64	72,6	сб.-2011
		565					
Полдн ик	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	№392
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	9,06	3,37	37,99	255,42	№460
		230					
Ужин	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ №348	70	8,5	6,475	9,875	136,33	№261
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	2	0,4	9	62	№314
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99	40	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64	72,6	№458
		380					
Итого за 7 день:	БЕЛКИ-42,66 ЖИРЫ-47,36 УГЛЕВОДЫ-203,68 К/КАЛ.-1400	1625	42,66	47,36	203,68	1400	

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