

## Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида № 32 п. Раздольное

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

17 сентября 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ ДСОВ №32

/Н.В.Кирильченко/

| Прием пищи         | Раздел         | № рец. (№ сборника) | Блюдо                          | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|--------------------|----------------|---------------------|--------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| завтрак            | Гор. блюдо     | 91 (8)              | Каша вязкая пшеничная молочная | 150      |        | 159,75       | 5,26  | 6,07  | 20,29    |
|                    | Гор. напиток   | 283 (4)             | Чай с молоком и сахаром        | 150      |        | 36           | 1,1   | 0,8   | 6,2      |
|                    | хлеб           | 147 (10)            | Хлеб пшеничный                 | 40       |        | 64,33        | 1,84  | 0,64  | 18,56    |
|                    | масло          | ТТК 2583 (12)       | Масло сливочное                | 5        |        | 37,5         | 0,05  | 4,12  | 0,05     |
| Итого за завтрак   |                |                     |                                | 350      |        | 287,28       | 10,3  | 9,64  | 45,05    |
| Завтрак 2          |                | ТТК 2345 (12)       | Кисломолочный продукт(снежок)  | 100      |        | 103,5        | 4,05  | 1,5   | 18,3     |
| Итого за 2 завтрак |                |                     |                                |          |        |              |       |       |          |
| обед               | закуска        | 56 (8)              | Салат из морской капусты       | 30       |        | 65,41        | 0,82  | 3,55  | 4,24     |
|                    | 1 блюдо        | 132 (8)             | Суп рыбный из консервов        | 150      |        | 85,55        | 5,8   | 3,3   | 6,66     |
|                    | 2 блюдо        | 103 (10)            | Тефтели из говядины            | 50/20    |        | 185          | 7,5   | 3,7   | 16,1     |
|                    | гарнир         | 141 (10)            | Картофельное пюре              | 110      |        | 109          | 2,4   | 12,3  | 9,1      |
|                    | напиток        | 292 (10)            | Компот из смеси кураги         | 150      |        | 67           | 0,7   | 0,03  | 15,4     |
|                    | хлеб           | 147 (10)            | Хлеб пшеничный                 | 30       |        | 48,25        | 1,38  | 0,48  | 13,92    |
| Итого за обед      |                |                     |                                | 510      |        | 560,21       | 18,6  | 23,36 | 65,42    |
| полдник            | Кондит.изделие | 263 (10)            | Ватрушка с творогом            | 50       |        | 136          | 5,8   | 3,6   | 18,4     |
|                    | напиток        | 284 (4)             | Чай с лимоном и сахаром        | 150      |        | 27           | 0,1   | 0,03  | 6,5      |
| Итого за полдник   |                |                     |                                | 200      |        | 163          | 5,9   | 3,63  | 24,9     |
| ужин               | блюдо          | 61 (8)              | Пудинг из моркови и яблок      | 200      |        | 184,53       | 4,9   | 6,8   | 28,09    |
|                    | Гор. напиток   | 300 (10)            | Кисель из концентрата          | 160      |        | 57           | 0     | 0     | 15       |
|                    | хлеб           | 147 (10)            | Хлеб пшеничный                 | 40       |        | 64,33        | 1,84  | 0,64  | 18,56    |
| Итого за ужин      |                |                     |                                | 400      |        | 278,8        | 6,74  | 7,74  | 61,65    |
| Итого за день      |                |                     |                                |          | 152,03 | 1392,79      | 43,73 | 44,93 | 197,76   |

## Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида № 32 п. Раздольное

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

17 сентября 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ ДСОВ №32  
/Н.В.Кирильченко/

| Присм<br>пищи    | Раздел             | № рсц.<br>(№<br>сборника) | Блюдо                             | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------------|--------------------|---------------------------|-----------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| завтрак          | Гор. блюдо         | 91 (8)                    | Каша вязкая пшеничная<br>молочная | 170      |        | 192          | 6,44  | 7,53  | 47,38    |
|                  | Гор. напиток       | 283 (4)                   | Чай с молоком и сахаром           | 170      |        | 59           | 1,4   | 1,1   | 11,3     |
|                  | Хлеб               | 147 (10)                  | Хлеб пшеничный                    | 50       |        | 85,77        | 2,46  | 0,86  | 16,74    |
|                  | масло              | ТТК 2583<br>(12)          | Масло сливочное                   | 6        |        | 45           | 0,06  | 4,94  | 0,06     |
| Итого за завтрак |                    |                           |                                   | 402      |        | 378,37       | 12,46 | 12,68 | 75,42    |
| Завтрак 2        |                    | ТТК 2345<br>(12)          | Кисломолочный продукт<br>(снежок) | 120      |        | 124,2        | 4,86  | 1,8   | 21,96    |
|                  | Итого за 2 завтрак |                           |                                   |          |        |              |       |       |          |
| обед             | закуска            | 56 (8)                    | Салат из морской капусты          | 50       |        | 95,44        | 1,17  | 11,7  | 0,91     |
|                  | 1 блюдо            | 132 (8)                   | Суп рыбный из консервов           | 180      |        | 142,58       | 9,67  | 5,49  | 22,77    |
|                  | 2 блюдо            | 103 (10)                  | Тефтели из говядины               | 70/30    |        | 137          | 3,1   | 4,6   | 20,1     |
|                  | гарнир             | 141 (10)                  | Картофельное пюре                 | 130      |        | 259          | 10,5  | 17,2  | 25,6     |
|                  | напиток            | 292 (10)                  | Компот из смеси кураги            | 180      |        | 89           | 0,9   | 0,05  | 20,6     |
|                  | хлеб               | 147 (10)                  | Хлеб пшеничный                    | 40       |        | 64,33        | 1,84  | 0,64  | 18,56    |
| Итого за обед    |                    |                           |                                   | 680      |        | 787,35       | 27,18 | 16,28 | 106,72   |
| полдник          | Кондит.изделие     | 263 (10)                  | Ватрушка с творогом               | 70       |        | 191          | 8,1   | 5,1   | 47,6     |
|                  | напиток            | 284 (4)                   | Чай с лимоном и сахаром           | 180      |        | 38           | 0,2   | 0,03  | 9,3      |
| Итого за полдник |                    |                           |                                   | 250      |        | 229          | 8,3   | 5,13  | 56,9     |
| ужин             | блюдо              | 61 (8)                    | Пудинг из моркови и яблок         | 210      |        | 216,24       | 3,15  | 8,34  | 20,87    |
|                  | Гор. напиток       | 300 (10)                  | Кисель из концентрата             | 190      |        | 76           | 0     | 0     | 20       |
| Итого за ужин    | хлеб               | 147 (10)                  | Хлеб пшеничный                    | 50       |        | 85,77        | 2,46  | 0,86  | 16,74    |
|                  |                    |                           |                                   | 450      |        | 346,3        | 5,61  | 9,2   | 57,61    |
| Итого за день    |                    |                           |                                   |          | 160,57 | 1865,22      | 58,41 | 45,09 | 318,61   |