

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детский сад №2 сад  
села Неверкино

Искоркина С.А.



26 марта 2026года

| Прием пищи                     | Наименование блюд                     | До 3-х лет |                    |                    |                     |                        | От 3-х до 7 лет |                    |                    |                     |                      |
|--------------------------------|---------------------------------------|------------|--------------------|--------------------|---------------------|------------------------|-----------------|--------------------|--------------------|---------------------|----------------------|
|                                |                                       | выход      | б                  | ж                  | у                   | ккал                   | выход           | б                  | ж                  | у                   | ккал                 |
| Завтрак                        | Каша гречневая молочная               | 150        | 5.23               | 7.8                | 18.75               | 166.8                  | 200             | 6.97               | 10.4               | 25                  | 222.4                |
|                                | Бутерброд с маслом сливочным          | 40\4       | 1.58               | 5.24               | 9.81                | 93.87                  | 50\5            | 2.34               | 7.76               | 14.53               | 139.1                |
|                                | Кофейный напиток                      | 150        | 3.6                | 3.6                | 18.69               | 119.7                  | 200             | 4.8                | 4.8                | 24.92               | 159.56               |
| Итого                          |                                       |            | <b>10.41</b>       | <b>16.64</b>       | <b>47.25</b>        | <b>380.37</b>          |                 | <b>14.11</b>       | <b>22.96</b>       | <b>64.45</b>        | <b>521.06</b>        |
| Обед                           | Суп гороховый с мясом и гречками      | 150\30     | 3.29\2.28          | 3.07\0.24          | 9.79\14.58          | 81\71.4                | 250\40          | 5.49\2.28          | 5.27\0.24          | 16.32\14.58         | 135\71.4             |
|                                | Ленивые голубцы с мясом               | 140        | 9.2                | 6.4                | 28.42               | 214                    | 160             | 9.6                | 6.7                | 29.47               | 222.54               |
|                                | Компот из сухофруктов                 | 150        | 0.23               | 0.01               | 18.28               | 72.57                  | 200             | 0.31               | 0.01               | 24.37               | 96.76                |
|                                | Хлеб пшеничный                        | 50         | 2.15               | 0.75               | 14.65               | 75.05                  | 70              | 3.07               | 1.07               | 20.93               | 107.21               |
| итого                          |                                       |            | <b>14.87\13.86</b> | <b>10.23\7.4</b>   | <b>71.14\66.15</b>  | <b>442.62\433.02</b>   |                 | <b>18.47\15.26</b> | <b>13.05\8.02</b>  | <b>91.09\89.35</b>  | <b>561.54\497.94</b> |
| Полдник                        | Выпечка ватрушка с повидлом, творогом | 70         | 3.82\7.9           | 2.55\4.69          | 37.8\25.0           | 190\173                | 70              | 5.09\10.5          | 3.40\6.26          | 50.42\33.3          | 253\230              |
|                                | Чай с сахаром                         | 150        | 0.2                |                    | 10.0                | 42.0                   | 200             | 0.2                |                    | 12.6                | 50.4                 |
| Используется йодированная соль |                                       |            |                    |                    |                     |                        |                 |                    |                    |                     |                      |
| Итого                          |                                       |            | <b>4.02\8.1</b>    | <b>2.55\4.69</b>   | <b>47.8\35</b>      | <b>232\215</b>         |                 | <b>5.29\10.7</b>   | <b>3.40\6.26</b>   | <b>63.02\45.9</b>   | <b>303.4\280.4</b>   |
| Всего                          |                                       |            | <b>29.3\32.37</b>  | <b>29.42\28.73</b> | <b>166.19\148.4</b> | <b>1054.97\1028.39</b> |                 | <b>37.87\40.07</b> | <b>39.41\37.24</b> | <b>218.56\199.7</b> | <b>1386\1299.4</b>   |