

Согласовано  
Заведующий Детского сада № 95  
на 10.09.2026г



Утверждено  
ООО "Азбука Питания"  
Е.А. Широконова



| Наименование блюда                         | Выход, г    | ЭЦ ккал       |
|--------------------------------------------|-------------|---------------|
| <i>Завтрак ДОУ 1-3 л. 12 ч.</i>            |             |               |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 150         | 182           |
| Масло сливочное (порциями)                 | 10          | 66.1          |
| Чай с лимоном                              | 160         | 49.6          |
| Батон                                      | 30          | 78.2          |
| <b>Итого за завтрак:</b>                   | <b>350</b>  | <b>375,9</b>  |
| <i>Обед ДОУ 1-3 л. 12 ч.</i>               |             |               |
| Суп картофельный с вермишелью              | 150         | 82.5          |
| Котлета рыбная                             | 60          | 120.7         |
| Капуста тушеная                            | 120         | 111.6         |
| Напиток из плодов шиповника                | 150         | 96.5          |
| Хлеб ржаной                                | 20          | 51.8          |
| Хлеб пшеничный                             | 20          | 56.8          |
| <b>Итого за обед:</b>                      | <b>520</b>  | <b>519,9</b>  |
| <i>Полдник ДОУ 1-3 л. 12 ч.</i>            |             |               |
| Морковь отварная                           | 30          | 21.6          |
| Запеканка из творога с рисом               | 150         | 293.5         |
| Соус сладкий из повидла                    | 15          | 39.2          |
| Сок 0.2                                    | 200         | 124.5         |
| Хлеб пшеничный                             | 20          | 56.8          |
| <b>Итого за полдник:</b>                   | <b>415</b>  | <b>535,6</b>  |
| <b>Итого за день:</b>                      | <b>1285</b> | <b>1431,4</b> |

Согласовано  
Заведующий Детского сада № 95  
Н.И. Першина  
на 10.02.2026г



| Наименование блюда                       | Выход, г    | ЭЦ ккал       |
|------------------------------------------|-------------|---------------|
| <b>Завтрак ДОУ 3-7 л. 12 ч.</b>          |             |               |
| Каша пшенная молочная с маслом сливочным | 180         | 218,3         |
| Масло сливочное (порциями)               | 10          | 66,1          |
| Чай с лимоном                            | 180         | 53,9          |
| Батон                                    | 30          | 78,2          |
| <b>Итого за завтрак:</b>                 | <b>400</b>  | <b>416,5</b>  |
| <b>Обед ДОУ 3-7 л. 12 ч.</b>             |             |               |
| Суп картофельный с вермишелью            | 180         | 110           |
| Котлета рыбная                           | 70          | 140,9         |
| Капуста тушеная                          | 130         | 120,9         |
| Напиток из плодов шиповника              | 180         | 115,8         |
| Хлеб ржаной                              | 20          | 51,8          |
| Хлеб пшеничный                           | 20          | 56,8          |
| <b>Итого за обед:</b>                    | <b>600</b>  | <b>596,2</b>  |
| <b>Полдник ДОУ 3-7 л. 12 ч.</b>          |             |               |
| Морковь отварная                         | 50          | 36            |
| Запеканка из творога с рисом             | 170         | 332,6         |
| Соус сладкий из повидла                  | 30          | 39,2          |
| Кисель с витаминами «Витошка»            | 200         | 95            |
| Хлеб пшеничный                           | 20          | 56,8          |
| <b>Итого за полдник:</b>                 | <b>470</b>  | <b>559,6</b>  |
| <b>Итого за день:</b>                    | <b>1470</b> | <b>1572,3</b> |

Согласовано:

Заведующий Детского сада № 95  
И.Першина

на 10.02.2026г

(вторник)



Утверждаю:

ООО "Азбука питания"  
И. Широканова

| Наименование блюда                         | Выход, г    | ЭЦ ккал       |
|--------------------------------------------|-------------|---------------|
| <b>Завтрак ДОУ 3-7 л. 10 ч.</b>            |             |               |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 180         | 218.3         |
| Масло сливочное (порциями)                 | 10          | 66.1          |
| Чай с лимоном                              | 180         | 53.9          |
| Батон                                      | 30          | 78.2          |
| <b>Итого за завтрак:</b>                   | <b>400</b>  | <b>416,5</b>  |
| <b>Обед ДОУ 3-7 л. 10 ч.</b>               |             |               |
| Суп картофельный с вермишелью              | 180         | 110           |
| Котлета рыбная                             | 60          | 120.7         |
| Капуста тушеная                            | 130         | 120.9         |
| Напиток из плодов шиповника                | 180         | 115.8         |
| Хлеб ржаной                                | 20          | 51.8          |
| Хлеб пшеничный                             | 20          | 56.8          |
| <b>Итого за обед:</b>                      | <b>590</b>  | <b>576</b>    |
| <b>Полдник ДОУ 3-7 л. 10 ч.</b>            |             |               |
| Морковь отварная                           | 30          | 21.6          |
| Запеканка из творога с рисом               | 150         | 293.5         |
| Соус сладкий из повидла                    | 30          | 39.2          |
| Кисель с витаминами «Витошка»              | 180         | 95            |
| Хлеб пшеничный                             | 20          | 56.8          |
| <b>Итого за полдник:</b>                   | <b>410</b>  | <b>506,1</b>  |
| <b>Итого за день:</b>                      | <b>1400</b> | <b>1498,6</b> |