30.10.2026 (3-7лет, 2пт)

Основная (3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
180	**Суп молочный с крупой рисовой** *Молоко, Рис, Сахар, Масло сливочное*	Калорийность-123, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-2
180	**Чай с молоком или сливками** *Чай, Сахар, Молоко*	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14, ВитаминС-1
43	**Бутерброды с джемом или повидлом** *Повидло, Масло сливочное, Хлеб пшеничный*	Калорийность-126, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-23
	Итого за Завтрак1	Калорийность-338, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-53, ВитаминС-3
	Завтрак2	
149	**Соки овощные, фруктовые и ягодные**	
	Итого за Завтрак2	
	Обед	
68	**Салат из свежих помидоров с луком** *Помидоры, Лук зеленый, Масло растительное*	Калорийность-54, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3, ВитаминС-14
200	**Суп рыбный** *Филе минтая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Пшено, Укроп, петрушка (зелень), Соль*	Калорийность-88, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-12, ВитаминС-14
82	**Фрикадельки мясные** *Говядина, Лук репчатый, Яйцо, Соль, Хлеб пшеничный, Масло сливочное*	Калорийность-153, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-1, ВитаминС-1
33	**Соус сметанный 1** *Сметана, Мука пшеничная в/с, Соль*	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2
129	**Каша гречневая рассыпчатая** *Крупа гречневая, Соль, Масло сливочное*	Калорийность-225, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-34
14	**Хлеб пшеничный**	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7
40	**Хлеб ржаной**	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-21
180	**Компот из свежих плодов** *Яблоки, Сахар, Кислота лимонная*	Калорийность-91, Углеводы-22, ВитаминС-4
	Итого за Обед	Калорийность-777, Белки-39, Жиры-24, Углеводы-102, ВитаминС-33
	УплПолдник	
87	**Омлет натуральный** *Яйцо, Молоко, Масло сливочное*	Калорийность-170, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-1
25	**Булочка "Клубничная"** *мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, изюм, мука пшеничная 1-го сорта, соль, меланж, драже(пресованные)*	Калорийность-1
63	**Снежок**	Калорийность-86, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-7, ВитаминС-1
	Итого за УплПолдник	Калорийность-257, Белки-13, Жиры-19, Углеводы-8, ВитаминС-1
	Итого за	Калорийность-1 372, Белки-61, Жиры-53, Углеводы-163, ВитаминС-37

ствующий _____ Миняль Л.Е.

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №38 «ДЕЛЬФИН»- ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ГОРОДА ЕВПАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ» ИНН 9110087434 ОГРН 1149102179313 КРЫМ

30.10.2026 (1,5-3 года, 2пт)

Основная (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
150	**Суп молочный с крупой рисовой** *Молоко, Рис, Сахар, Масло сливочное*	Калорийность-103, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-1
150	**Чай с молоком или сливками** *Чай, Сахар, Молоко*	Калорийность-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12, ВитаминС-1
29	**Бутерброды с джемом или повидлом** *Повидло, Масло сливочное, Хлеб пшеничный*	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-15
	Итого за Завтрак1	Калорийность-262, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-40, ВитаминС-2
	Завтрак2	
149	**Соки овощные, фруктовые и ягодные**	
	Итого за Завтрак2	
	Обед	
46	**Салат из свежих помидоров с луком** *Помидоры, Лук зеленый, Масло растительное*	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2, ВитаминС-9
180	**Суп рыбный** *Филе минтая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Пшено, Укроп, петрушка (зелень), Соль*	Калорийность-80, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-11, ВитаминС-13
61	**Фрикадельки мясные** *Говядина, Лук репчатый, Яйцо, Соль, Хлеб пшеничный, Масло сливочное*	Калорийность-114, Белки-13, Жиры-7, Углеводы-1, ВитаминС-1
22	**Соус сметанный 1** *Сметана, Мука пшеничная в/с, Соль*	Калорийность-16, Жиры-1, Углеводы-1
110	**Каша гречневая рассыпчатая** *Крупа гречневая, Соль, Масло сливочное*	Калорийность-192, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-29
7	**Хлеб пшеничный**	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3
32	**Хлеб ржаной**	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17
150	**Компот из свежих плодов** *Яблоки, Сахар, Кислота лимонная*	Калорийность-76, Углеводы-18, ВитаминС-3
	Итого за Обед	Калорийность-618, Белки-31, Жиры-19, Углеводы-82, ВитаминС-26
	УплПолдник	
66	**Омлет натуральный** *Яйцо, Молоко, Масло сливочное*	Калорийность-129, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-1
25	**Булочка "Клубничная"** *мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, изюм, мука пшеничная 1-го сорта, соль, меланж, драже(пресованные)*	Калорийность-1
130	**Снежок**	Калорийность-69, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-1
	Итого за УплПолдник	Калорийность-199, Белки-10, Жиры-14, Углеводы-6, ВитаминС-1
	Итого за	Калорийность-1 079, Белки-48, Жиры-41, Углеводы-128, ВитаминС-29

Заведующий _____ Миняль Л.Е.

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №38 «ДЕЛЬФИН»- ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ГОРОДА ЕВПАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ» ИНН 9110087434 ОГРН 1149102179313 КРЫМ