СОГЛАСОВАНО
завхоз (должность)
Федосеева Е.Н. (ФИО)
05.10.2026 (дата)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (должность)
Алешина Е.Л. (ФИО)
05.10.2026 (дата)

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 10 «Успех» г. Феодосии Республики Крым»

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 1							
	Итого за Завтрак	**350**	**12.92**	**14.40**	**49.26**	**389.52**	
Завтрак	Макароны отварные с сыром	135	7.96	7.67	24.12	206.61	259
	Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04	37.40	79
	Кофейный напиток с молоком	180	2.38	2.11	12.35	72.91	465
	Хлеб пшеничный	30	2.55	0.99	12.75	72.60	573
	Итого за Завтрак 2	**100**	**1.50**	**0.50**	**21.00**	**96.00**	
	Банан свежий порционный	100	1.50	0.50	21.00	96.00	82
	Итого за Обед	**660**	**28.53**	**13.34**	**102.99**	**661.25**	
	Суп картофельный с бобовыми (горох) с гренками	180	7.18	3.17	30.27	179.78	113
	Котлеты рыбные	70	12.90	4.74	11.96	144.35	307
	Картофель запеченый в сметане	130	2.95	3.28	22.62	134.08	217
	Овощи натуральные соленые (огурец нарезка)	40	0.13	0.08	0.90	4.40	70
	Компот из ягод замороженных	180	0.27	0.09	11.74	46.64	491
	Хлеб пшеничный	20	1.70	0.66	8.50	48.40	573
	Хлеб ржаной	40	3.40	1.32	17.00	103.60	574
	Итого за Полдник	**335**	**11.08**	**4.56**	**71.84**	**374.12**	
	Пирожок с печенью	120	10.68	4.49	36.88	235.38	437,494
	Зефир порционный	35	0.28	0.04	27.93	114.10	703
	Чай с сахаром	180	0.12	0.03	7.03	24.64	392
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1445**	**54.03**	**32.80**	**245.09**	**1520.89**	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сведения о сертификате
Сертификат: 145EF7E0FB3E305FA3378289C870DD350E54780E
Срок действия с 05.09.2024 по 03.09.2034
Владелец: Алешина Елена Леонидовна
Организация: МБДОУ №10 "Успех" г. Феодосия
Должность: Заведующий
Основание: Я автор этого документа
Дата: 05-10-2026
QR-код содержит адрес оригинала документа в сети

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 2							
	Итого за Завтрак	**395**	**7.31**	**9.22**	**36.94**	**262.13**	
Завтрак	Суп молочный с крупой манной	180	4.61	4.57	17.12	127.49	140
	Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04	37.40	79
	Чай с сахаром	180	0.12	0.03	7.03	24.64	457
	Хлеб пшеничный	30	2.55	0.99	12.75	72.60	573
	Итого за Завтрак 2	100	0.26	0.17	11.47	52.00	
Завтрак 2	Фрукты свежие (яблоки)	100	0.26	0.17	11.47	52.00	82
	Итого за Обед	**655**	**39.10**	**19.88**	**80.84**	**676.44**	
Обед	Суп картофельный с рыбой	180	9.45	4.27	9.33	113.60	61,95
	Запеканка из печени с рисом	185	23.75	9.28	26.40	289.81	311
	Салат из квашеной капусты с луком	50	0.45	4.33	2.19	48.47	9
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.35	0.02	17.42	72.56	495
	Хлеб пшеничный	20	1.70	0.66	8.50	48.40	573
	Хлеб ржаной	40	3.40	1.32	17.00	103.60	574
	Итого за Полдник	**250**	**7.77**	**7.13**	**32.16**	**230.28**	
Полдник	Булочка ванильная	100	3.42	3.38	25.86	149.28	450
	Ряженка порционная	150	4.35	3.75	6.30	81.00	470
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1400**	**54.44**	**36.40**	**161.41**	**1220.85**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 3							
	Итого за Завтрак	**405**	**10.50**	**13.04**	**38.37**	**316.00**	
Завтрак	Суп молочный с крупой "Геркулес"	180	5.37	5.44	18.41	143.85	140
	Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04	37.40	79
	Сыр Российский	10	2.41	2.95	0.03	36.30	75
	Чай с лимоном	180	0.14	0.03	7.14	25.85	459
	Хлеб пшеничный	30	2.55	0.99	12.75	72.60	573
	Итого за Завтрак 2	**175**	**2.63**	**2.60**	**33.60**	**173.25**	
Завтрак 2	Сок фруктовый осветленный	150	0.75	0.15	15.00	69.00	501
	Печенье	25	1.88	2.45	18.60	104.25	582
	Итого за Обед	**670**	**25.97**	**28.17**	**74.31**	**659.91**	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1.39	3.21	8.00	65.10	104
	Бефстроганов из говядины	70	14.07	16.08	3.44	215.11	91
	Каша гречневая вязкая	130	4.32	4.72	22.92	147.16	213
	Винегрет овощной	50	0.93	2.13	5.17	44.96	47
	Компот из ягод замороженных	180	0.16	0.05	9.28	35.58	491
	Хлеб пшеничный	20	1.70	0.66	8.50	48.40	573
	Хлеб ржаной	40	3.40	1.32	17.00	103.60	574
	Итого за Полдник	**250**	**21.67**	**17.46**	**36.20**	**389.20**	
Полдник	Запеканка из творога	100	16.12	12.36	19.70	255.70	254
	Кисломолочный напиток (йогурт питьевой)	150	5.55	5.10	16.50	133.50	470
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1500**	**60.77**	**61.27**	**182.48**	**1538.36**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 4							
	Итого за Завтрак	**395**	**10.20**	**11.50**	**44.30**	**325.16**	
Завтрак	Суп молочный с крупой пшеничной	180	5.24	4.77	19.16	142.25	140
	Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04	37.40	79
	Кофейный напиток с молоком	180	2.38	2.11	12.35	72.91	465
	Хлеб пшеничный	30	2.55	0.99	12.75	72.60	573
	Итого за Завтрак 2	**100**	**0.26**	**0.17**	**11.47**	**52.00**	
Завтрак 2	Фрукты свежие (яблоки)	100	0.26	0.17	11.47	52.00	82
	Итого за Обед	**670**	**27.56**	**16.01**	**93.47**	**658.46**	
Обед	Суп-харчо	180	1.53	3.98	13.05	95.16	109
	Котлеты рубленые из птицы	70	14.33	3.72	6.30	118.68	305
	Макароны отварные с маслом	130	5.65	4.22	28.20	184.08	256
	Салат из свеклы с солеными огурцами	50	0.60	2.09	3.00	35.98	31
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.35	0.02	17.42	72.56	495
	Хлеб пшеничный	20	1.70	0.66	8.50	48.40	573
	Хлеб ржаной	40	3.40	1.32	17.00	103.60	574
	Итого за Полдник	**395**	**14.50**	**7.83**	**36.26**	**277.40**	
Полдник	Суфле рыбное	80	10.34	2.74	2.47	77.78	303
	Картофельное пюре	120	2.69	4.55	18.10	128.65	377
	Чай с сахаром и лимоном	180	0.19	0.04	9.31	34.67	392
	Хлеб пшеничный	15	1.28	0.50	6.38	36.30	573
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1560**	**52.52**	**35.51**	**185.50**	**1313.02**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 5							
	Итого за Завтрак	**405**	**12.95**	**15.42**	**51.41**	**393.89**	
Завтрак	Каша "Дружба"	180	5.43	5.64	26.97	178.84	229
	Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04	37.40	79
	Сыр Российский	10	2.41	2.95	0.03	36.30	75
	Какао с молоком	180	2.53	2.21	11.62	68.75	462
	Хлеб пшеничный	30	2.55	0.99	12.75	72.60	573
	Итого за Завтрак 2	**100**	**0.26**	**0.17**	**11.47**	**52.00**	
Завтрак 2	Фрукты свежие (яблоки)	100	0.26	0.17	11.47	52.00	82
	Итого за Обед	**640**	**25.91**	**28.80**	**69.50**	**665.77**	
Обед	Свекольник	180	1.65	4.28	10.22	91.54	98
	Жаркое по домашнему	190	18.98	22.61	19.13	360.93	328
	Овощи натуральные соленые (огурец)	40	0.13	0.08	0.90	4.40	70
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0.90	0.18	18.00	82.80	501
	Хлеб пшеничный	20	1.70	0.66	8.50	48.40	573
	Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	574
	Итого за Полдник	**375**	**11.81**	**15.43**	**17.91**	**383.66**	
Полдник	Омлет натуральный	100	9.65	11.88	2.37	157.42	268
	Кабачковая икра	50	0.80	3.15	3.70	49.00	150
	Кондитерские изделия (пряник)	35	0.39	0.04	0.56	126.70	703
	Чай с сахаром	180	0.12	0.03	7.03	24.64	392
	Хлеб ржаной	10	0.85	0.33	4.25	25.90	574
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1520**	**50.93**	**59.82**	**150.29**	**1495.32**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 6							
	Итого за Завтрак	**385**	**16.10**	**17.11**	**49.98**	**410.98**	
Завтрак	Яйцо вареное	50	6.22	5.63	0.34	76.84	267
	Каша гречневая вязкая	120	3.91	3.89	20.77	129.39	213
	Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04	37.40	79
	Какао с молоком	180	3.39	2.97	16.08	94.75	462
	Хлеб пшеничный	30	2.55	0.99	12.75	72.60	573
	Итого за Завтрак 2	100	1.50	0.50	21.00	96.00	574
Завтрак 2	Банан свежий порционный	100	1.50	0.50	21.00	96.00	82
	Итого за Обед	**690**	**23.68**	**17.24**	**76.39**	**572.10**	
Обед	Суп картофельный с фрикадельками из курицы	180	5.19	4.68	14.90	123.68	89
	Рыба тушеная с овощами в томате	100	10.25	2.78	2.47	78.99	299
	Картофель отварной со сл. маслом	120	2.42	3.38	19.59	122.32	152
	Салат из квашеной капусты с луком	50	0.45	4.33	2.19	48.47	9
	Компот из ягод замороженных	180	0.27	0.09	11.74	46.64	491
	Хлеб пшеничный	20	1.70	0.66	8.50	48.40	573
	Хлеб ржаной	40	3.40	1.32	17.00	103.60	574
	Итого за Полдник	**250**	**12.45**	**10.31**	**86.19**	**492.39**	
Полдник	Ватрушка с повидлом	100	8.40	6.56	69.99	373.89	530
	Кисломолочный напиток (Снежок)	150	4.05	3.75	16.20	118.50	470
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1425**	**53.73**	**45.16**	**233.56**	**1571.47**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 7							
	Итого за Завтрак	**405**	**11.43**	**13.29**	**37.72**	**319.91**	
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180	4.06	3.61	12.55	100.70	93
	Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04	37.40	79
	Сыр Российский	10	2.41	2.95	0.03	36.30	75
	Кофейный напиток с молоком	180	2.38	2.11	12.35	72.91	465
	Хлеб пшеничный	30	2.55	0.99	12.75	72.60	573
	Итого за Завтрак 2	**175**	**2.63**	**2.60**	**33.60**	**173.25**	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0.75	0.15	15.00	69.00	399
	Печенье	25	1.88	2.45	18.60	104.25	582
	Итого за Обед	**620**	**22.86**	**23.52**	**67.02**	**585.23**	
Обед	Суп картофельный с фасолью	180	1.89	4.29	8.25	81.00	117
	Голубцы ленивые	180	15.15	16.31	13.97	262.25	298
	Соус сметанный с томатом	20	0.37	0.92	1.88	17.42	355
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.35	0.02	17.42	72.56	495
	Хлеб пшеничный	20	1.70	0.66	8.50	48.40	573
	Хлеб ржаной	40	3.40	1.32	17.00	103.60	574
	Итого за Полдник	**280**	**13.29**	**10.27**	**28.72**	**253.78**	
Полдник	Запеканка из творога с яблоками	100	13.17	10.24	21.69	229.14	16/5
	Чай с сахаром	180	0.12	0.03	7.03	24.64	392
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1480**	**50.21**	**49.68**	**167.06**	**1332.17**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 8							
	Итого за Завтрак	**395**	**11.27**	**12.39**	**46.62**	**336.10**	
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой	180	5.30	4.80	17.75	131.35	140
	Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04	37.40	79
	Какао с молоком	180	3.39	2.97	16.08	94.75	462
	Хлеб пшеничный	30	2.55	0.99	12.75	72.60	573
	Итого за Завтрак 2	100	0.26	0.17	11.47	52.00	
Завтрак 2	Фрукты свежие (яблоки)	100	0.26	0.17	11.47	52.00	82
	Итого за Обед	**670**	**31.39**	**33.89**	**89.63**	**826.45**	
Обед	Рассольник ленинградский	180	2.28	4.40	15.76	115.78	100
	Пудинг из говядины	70	17.02	17.30	0.75	229.77	307
	Каша пшеничная вязкая	130	6.19	5.76	34.64	228.68	225
	Салат из свеклы отварной	50	0.64	4.40	3.70	64.64	26
	Компот из ягод замороженных	180	0.16	0.05	9.28	35.58	491
	Хлеб пшеничный	20	1.70	0.66	8.50	48.40	573
	Хлеб ржаной	40	3.40	1.32	17.00	103.60	574
	Итого за Полдник	**280**	**16.53**	**10.11**	**26.37**	**255.82**	
Полдник	Сырники из творога запеченные со см.	100	16.39	10.08	17.24	223.19	231
	Чай с сахаром и лимоном	180	0.14	0.03	9.13	32.63	393
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1445**	**59.45**	**56.56**	**174.09**	**1470.37**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 9							
	Итого за Завтрак	**405**	**12.62**	**16.07**	**62.22**	**440.13**	
Завтрак	Суп молочный с пшеном	180	7.51	8.47	42.37	269.19	140
	Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04	37.40	79
	Сыр Российский	10	2.41	2.95	0.03	36.30	75
	Чай с сахаром	180	0.12	0.03	7.03	24.64	457
	Хлеб пшеничный	30	2.55	0.99	12.75	72.60	573
	Итого за Завтрак 2	**100**	**0.26**	**0.17**	**11.47**	**52.00**	
Завтрак 2	Фрукты свежие (яблоки)	100	0.26	0.17	11.47	52.00	82
	Итого за Обед	640	24.64	23.42	85.55	650.18	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	180	0.79	2.10	5.17	43.74	95
	Плов из отварной птицы	180	18.22	19.24	33.38	365.02	375
	Овощи натуральные соленые (огурец)	40	0.13	0.08	0.90	4.40	70
	Компот из сухофруктов	180	0.40	0.02	20.60	85.02	495
	Хлеб пшеничный	20	1.70	0.66	8.50	48.40	573
	Хлеб ржаной	40	3.40	1.32	17.00	103.60	574
	Итого за Полдник	**345**	**11.76**	**4.00**	**33.94**	**227.78**	
Полдник	Кнели рыбные припущенные	60	8.90	1.26	3.16	59.96	302
	Рагу из овощей	65	0.95	1.12	6.24	38.22	177
	Соус томатный	30	0.16	1.11	2.29	20.90	419
	Сок фруктовый осветленый	180	0.90	0.18	18.00	82.80	501
	Хлеб ржаной	10	0.85	0.33	4.25	25.90	574
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1490**	**49.28**	**43.66**	**193.18**	**1370.09**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 10							
	Итого за Завтрак	**395**	**7.31**	**9.22**	**36.94**	**262.13**	
Завтрак	Суп молочный с крупой манной	180	4.61	4.57	17.12	127.49	140
	Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04	37.40	79
	Чай с сахаром	180	0.12	0.03	7.03	24.64	392
	Хлеб пшеничный	30	2.55	0.99	12.75	72.60	573
	Итого за Завтрак 2	**150**	**5.55**	**5.10**	**16.50**	**133.50**	
Завтрак 2	Кисломолочный напиток (йогурт питьевой)	150	5.55	5.10	16.50	133.50	470
	Итого за Обед	**660**	**27.36**	**24.19**	**74.35**	**637.45**	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2.24	2.38	14.64	92.77	129
	Бифштекс рубленый паровой	70	16.74	17.24	2.57	232.73	331
	Капуста тушеная	130	1.44	2.53	7.12	52.93	380
	Овощи консервированные отварные (горошек)	40	1.44	0.04	3.92	22.00	157
	Компот из сухофруктов	180	0.40	0.02	20.60	85.02	495
	Хлеб ржаной	40	3.40	1.32	17.00	103.60	574
	Хлеб пшеничный	20	1.70	0.66	8.50	48.40	573
	Итого за Полдник	310	14.36	14.59	28.89	298.37	
Полдник	Вареники ленивые	110	10.27	7.46	11.37	156.49	244
	Соус сметанный	20	0.70	4.16	1.44	47.13	408
	Какао с молоком	180	3.39	2.97	16.08	94.75	462
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1515**	**54.58**	**53.10**	**156.68**	**1331.45**	

Прошнуровано и пронумеровано
десять 10 листов

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Детский сад №10 «Успех» г. Феодосии Республики Крым»

Е.Л.Алёшина