



Согласовано:  
Заведующий Д/с № 53 "Чайка", ул.  
Мира, 10  
Степанова

## МЕНЮ Д/сад (с 3 до 7 лет)

на 03.02.2026

Светлана Леонидовна

Д/с № 53 "Чайка", ул. Мира, 10 Д/сад (с 3 до 7 лет)

| Сборник рецептур                          | Код блюда | Наименование   | Выход гр. | Пищевая ценность |              |               | Ккалл           |
|---|-----------|--|-----------|------------------|--------------|---------------|-----------------|
|   |           |  |           | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                 |
| <b>Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)</b>           |           |  |           |                  |              |               |                 |
|   | 14884     | Батон с маслом и сыром<br>Батон в ассортименте д/с / Масло сливочное / Сыр   | 30/5/5    | 3,47             | 6,00         | 15,49         | 129,83          |
|   | 13582     | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая   | 80        | 0,32             | 0,24         | 8,24          | 36,40           |
|   | 14638     | Омлет натуральный<br>Яйцо куриное столовое шт / Молоко / Масло растительное / Соль пищевая   | 100       | 10,51            | 13,21        | 1,92          | 168,61          |
|   | 10970     | Какао напиток Мас Choco<br>Какао напиток МасChoco / Молоко / Вода / Сахар  | 180       | 1,31             | 1,44         | 6,61          | 97,35           |
| <b>Итого:</b>                             |           |  |           | <b>15,61</b>     | <b>20,89</b> | <b>32,26</b>  | <b>432,19</b>   |
| <b>Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)</b>           |           |  |           |                  |              |               |                 |
|   | 14644     | Снежок<br>Снежок   | 180       | 5,00             | 4,63         | 19,98         | 141,53          |
| <b>Итого:</b>                             |           |  |           | <b>5,00</b>      | <b>4,63</b>  | <b>19,98</b>  | <b>141,53</b>   |
| <b>Обед 1 (с 3 до 7 лет)</b>              |           |  |           |                  |              |               |                 |
|   | 15236     | Витаминовый стол С (лук, чеснок)<br>Лук репчатый п/ф / Чеснок д/с  | 5         | 0,21             | 0,02         | 1,01          | 5,05            |
|   | 14017     | Винегрет овощной<br>Картофель п/ф / Свекла свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль пищевая   | 40        | 0,57             | 2,48         | 3,49          | 38,55           |
|   | 14835     | Суп из овощей на кур.бульоне<br>Вода / Горошек зеленый консервированный / Капуста п/ф очищ / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль пищевая / Цыплята бройлер.1 кат. п/ф                | 200       | 5,15             | 6,44         | 9,32          | 115,82          |
|   | 15901     | Запеканка картофельная с навагой<br>Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сухари панировочные / СМ/Р Навага бл/г   | 160       | 11,74            | 11,45        | 26,93         | 257,72          |
|   | 12807     | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)   | 40        | 2,72             | 0,52         | 15,92         | 79,24           |
| 378/2014 Дели плюс                        | 13299     | Кисель из ягод<br>Вода / Крахмал / Сахар / Смесь ягодная замороженная д/с  | 180       | 0,20             | 0,08         | 14,32         | 58,81           |
|   | 671       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой   | 25        | 2,13             | 0,25         | 13,92         | 66,45           |
| <b>Итого:</b>                             |           |  |           | <b>22,72</b>     | <b>21,23</b> | <b>84,92</b>  | <b>621,63</b>   |
| <b>Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)</b> |           |  |           |                  |              |               |                 |
| 20/14 Дели плюс                           | 12815     | Салат из свежей капусты<br>Капуста п/ф очищ / Лимонная кислота / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Сахар / Соль пищевая  | 40        | 0,62             | 2,03         | 3,76          | 35,81           |
| 286/2014 Дели плюс                        | 15837     | Тефтели мясные с соусом сметанным<br>Фарш Мясной дуэт из мяса курицы и говядины / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Хлеб пшеничный или хлеб зерновой / Молоко / Соус сметанный С. (Сметана / Мука в/с / Вода / Соль пищевая) | 60/60     | 7,02             | 10,22        | 8,85          | 155,45          |
| 317/2014 Дели плюс                        | 15847     | Макаронны отварные<br>Макаронные изделия / Масло растительное / Вода / Соль пищевая  | 130/5     | 5,01             | 5,59         | 32,08         | 198,61          |
| 392/2014 Дели плюс                        | 12824     | Чай с сахаром<br>Вода / Сахар / Чай черный   | 180       |                  |              | 9,98          | 39,92           |
|   | 15229     | Пряник в асс. 30гр<br>Пряники Домашние   | 30        | 1,50             | 1,65         | 22,50         | 110,85          |
|   | 671       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой   | 25        | 2,13             | 0,25         | 13,92         | 66,45           |
| <b>Итого:</b>                             |           |  |           | <b>16,28</b>     | <b>19,74</b> | <b>91,08</b>  | <b>607,09</b>   |
| <b>Всего:</b>                             |           |  |           | <b>59,60</b>     | <b>66,48</b> | <b>228,23</b> | <b>1 802,44</b> |

Зав.производством

Ответственный за производство  
2.3/2.4.3590-20



Россия, 445043, Самара обл., г.Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: gamma\_ps@mail.ru