

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
города Керчи Республики Крым «Детский сад № 52 «Жемчужинка»  
(МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад № 52 «Жемчужинка»)



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий

*Г.А. Протопоп* — Г.А. Протопоп

«30» января 2026г.

МЕНЮ  
ЯСЕЛЬНАЯ ГРУППА – 10,5 часов

| Прием пищи     | Наименование блюд             | Масса порции<br>10,5 | Пищевые вещества |        |        | Энергетическая ценность<br>Ккал |
|----------------|-------------------------------|----------------------|------------------|--------|--------|---------------------------------|
|                |                               |                      | Б                | Ж      | У      |                                 |
| ЗАВТРАК        | 1.Каша манная молочная        | 150                  | 4,89             | 4,82   | 29,59  | 139,47                          |
|                | 2.Хлеб пшеничный              | 30                   | 2,37             | 0,3    | 14,5   | 70,5                            |
|                | 3.Масло сливочное (порционно) | 8                    | 0,04             | 4,12   | 0,04   | 37,4                            |
|                | 4.Чай с лимоном               | 150                  | 0,12             | 0,02   | 10,20  | 34,00                           |
|                | ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:          | 338                  | 7,42             | 9,26   | 54,33  | 281,37                          |
| ЗАВТРАК        | 1.Фрукты свежие               | 100                  | 0,4              | 0,4    | 9,8    | 47                              |
|                |                               | 100                  | 0,4              | 0,4    | 9,8    | 47                              |
| ОБЕД           | 1.Свекольник со сметаной      | 150                  | 1,15             | 3,8    | 7,47   | 62,49                           |
|                | 2.Жаркое по домашнему         | 140                  | 5,63             | 3,98   | 11     | 170,45                          |
|                | 3.Овощи по сезону             | 20                   | 0,56             | 0,00   | 0,26   | 3,2                             |
|                | 4.Хлеб ржаной                 | 40                   | 2,64             | 0,48   | 13,4   | 69,6                            |
|                | 5.Компот из сухофрукты        | 150                  | 0,41             | 0,00   | 21,42  | 81                              |
|                | ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:          | 500                  | 10,39            | 8,26   | 53,55  | 386,74                          |
| ПОЛДНИК        | 1.Булочка « Домашняя»         | 60                   | 5,05             | 5,06   | 29,3   | 184,83                          |
|                | 2.Икра кабачковая             | 40                   | 0,76             | 3,56   | 3,08   | 47,6                            |
|                | 3.Яйцо вареное                | 50                   | 5,8              | 4,6    | 0,28   | 63                              |
|                | 4.Хлеб пшеничный              | 30                   | 2,37             | 0,3    | 14,5   | 70,5                            |
|                | 5.Кисель из фруктового сока   | 150                  | 0,432            | 0,045  | 22,7   | 92,7                            |
|                | ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:          | 330                  | 14,412           | 13,565 | 69,86  | 458,63                          |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: |                               | 1268                 | 33,182           | 31,485 | 187,54 | 1173,74                         |