Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 3.04.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша манная <i>молоко свежее, крупа манная, сахар (песок), масло сливочное, соль йодированная</i>	200	199	6,9	7,1	27	182
	Сыр	9	78	2,1	4,4	7,6	111
	Хлеб пшеничный	20/2	111	1,5	0,3	25,6	114
	Чай с молоком <i>сахар (песок), заварка, молоко</i>	170	85	2,8	1,6	14,9	416
	Отвар шиповника	140	87	0,4	0,1	21	537
Обед	Салат из моркови с кукурузой <i>Морковь, кукуруза, масло рас</i>	60	61	1,4	3,1	6,9	82
	Свекольник со сметаной <i>лук, , масло сл, картофель, морковь, кура, свекла, томат паста</i>	200/5	100	2,2	3,7	14,5	274
	Жаркое по домашнему <i>лук, кура, масло раст. Морковь, картофель</i>	250	280	15,3	14,4	22,2	

--	--	--	--	--	--	--	--

	Компот из с/ф <i>Сахар, с/ф</i>	180	76	0,6	0,0	18,5	
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Омлет натуральный <i>Молоко, яйцо, масло сл</i>	80					535
	Чай с сахаром	180	43	0,1	0,0	10,6	

Ежедневное меню (с 1 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 3.04.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша манная <i>молоко свежее, крупа манная, сахар (песок), масло сливочное, соль йодированная</i>	130	135	4,5	4,6	18,9	182
	Сыр	4	74	2,0	4,0	7,5	111
	Хлеб пшеничный	35	82	3		17	114
	Чай с молоком <i>Заварка, сахар, молоко</i>	150	77	2,8	1,6	12,9	416
2 Завтрак	Отвар шиповника	130	73	0,3	0,0	17,8	537

Обед	Салат из моркови с кукурузой <i>Морковь масло рас, кукуруза</i>	40					82
			40	0,9	2,0	4,6	
	Свекольник со сметаной <i>Масло сл картофель, морковь, лук, кура, свекла, томат паста, сметана</i>	180/5	80	1,8	2,9	11,6	274
	Жаркое по домашнему <i>Кура, картофель, морковь, лук, масло рас</i>	185	209	12,9	9,7	17,6	

							531
	Компот из с/ф <i>Сахар, с/ф</i>	120	43	0,3	0,0	10,5	
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Омлет натуральный <i>Молоко, яйцо, масло сл</i>	60					535
	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	150	43	0,1	0,0	10,6	