

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 9.04.2025 г			№ рецептуры:
<u>Прием пищи:</u>	<u>Наименование блюда, состав:</u>	<u>Выход, г (вес)</u>	<u>Энергетическая ценность (Калорийность):</u>	<u>Пищевые вещества (г):</u>			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша Геркулесовая <i>молоко свежее, крупа геркулесовая, сахар (песок), масло сливочное, соль йодированная</i>	200	199	8,4	8,2	22,8	311
	Масло	5	78	1,6	3,5	9,9	1
	Хлеб пшеничный	20/2	111	1,5	0,3	25,6	114
	Чай с сахаром <i>сахар (песок), заварка</i>	150	43	0,1	0,0	10,6	693
2 Завтрак	Отвар шиповника <i>Шиповник, сахар</i>	140	87	0,4	0,1	21,0	705
Обед	Винегрет овощной <i>Морковь, картофель, свекла, лук, огурцы соленые масло рас</i>	60	47	0,8	3	4,3	71
	Щи со сметаной <i>лук, , масло рас, картофель, морковь, кура, капуста сметана,</i>	200/10/5	82	4,1	3,7	8,0	124
	Биточки из грудки <i>Грудка, манка, яйцо, масло рас</i>	80	168	9,8	9,4	11,2	498

	Макароны отварные <i>Макароны, масло сл.</i>	150	172	3,1	4,0	30,9	516
	Кисель <i>Сахар, кисель</i>	180	70	0,0	0,0	17,5	640
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Коржик молочный <i>Мука, сахар, , яйцо, , сметана, масло сл.</i>	80					
	Молоко	180	86	4,9	4,0	7,9	685

Ежедневное меню (с 1 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 9.04.2025 г			№ рецептуры:
			<u>Энергетическая ценность (Калорийность):</u>	<u>Пищевые вещества (г):</u>			
<u>Прием пищи:</u>	<u>Наименование блюда, состав:</u>	<u>Выход, г (вес)</u>		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша геркулесовая <i>молоко свежее, крупа геркулес сахар (песок), масло сливочное, соль йодированная</i>	130				311	
			137	5,5	5,3		16,9
	Масло	5				1	
			78	1,6	3,5		9,9
	Хлеб пшеничный	35				114	
			82	3			17
	Чай с сахаром <i>Заварка, сахар</i>	150				685	
			43	0,1	0,0		10,6

2 Завтрак	Отвар шиповника <i>Шиповник , сахар</i>	130	73	0,3	0,0	17,8	705
Обед	Винегрет овощной <i>Морковь, свекла, картофель, лук, огурцы соленые, масло рас</i>	60	47	0,8	3,0	4,3	71
	Щи со сметаной <i>Масло рас, картофель, , лук, морковь, капуста, сметана , кура</i>	180/10/5	66	3,3	3,0	6,4	124
	Биточки из грудки <i>Грудка, манка, яйцо, масло рас</i>	60	126	7,4	7,0	8,4	498

	Макароны отварные <i>Макароны, масло сл</i>	120	138	2,5	3,2	24,7	516
	Кисель <i>Сахар, кисель</i>	120	42	0,1	0,0	10,4	640
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Коржик молочный <i>Мука, , яйцо, масло сл, Сахар, сметана</i>	70					289
	Молоко	150	73	4,1	3,3	6,6	685