

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 14.04.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша ячневая молоко свежее, крупа ячневая, сахар (песок), масло сливочное, соль йодированная	200	175	7,0	5,7	24	311
	Повидло	20	111	1,5	0,3	25,6	2
	Хлеб пшеничный	20/2	111	1,5	0.3	25,6	114
	Чай с молоком сахар (песок), заварка, молоко	170	85	2,8	1,6	14,9	267
2 Завтрак	Сок	140	89	0,8	0,2	21,0	
Обед	Салат свекла отварная с огурцом Свекла, огурцы соленые, масло рас	40	28	0,5	2,0	2	20
	Суп из овощей со сметаной лук, , масло рас, картофель, морковь, сметана, капуста, горошек консервированный	200/5	80	2,8	3,4	9,5	135
	Плов свинина + говядина Свинина, говядина, лук, морковь, рис, масло рас.	210	290	15,4	10,8	32,8	443

	Компот из изюма <i>Сахар, изюм</i>	180	75	0,3	0,0	19,5	638
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Булочка Домашняя <i>Мука, сахар, масло рас, масло сл, яйцо, дрожжи</i>	70					
	Чай с сахаром <i>заварка, сахар</i>	180	43	0,1	0,0	10,6	685

Ежедневное меню (с 1 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 14.04.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша ячневая молоко свежее, крупа ячневая ,сахар (песок), масло сливочное, соль йодированная	130	114	4,6	3,7	15,6	311
	Повидло	15	78	1,2	0,2	17,8	2
	Хлеб пшеничный	35	82	3		17	114
	Чай с молоком Заварка, сахар,	150	77	2,8	1,6	12,9	267
2 Завтрак	Сок	100	68	0,8	0,2	15,8	

Обед	Салат свекла отварная с огурцом	40					20
			28	0,5	2,0	2,0	
	Суп из овощей со сметаной <i>Масло рас, картофель, , лук, морковь, капуста, горошек конс</i>	180/5					135
			65	2,5	2,7	7,6	
	Плов свинина + говядина <i>Свинина, говядина, рис, лук, морковь, масло рас</i>	160					443
			225	11,9	8,4	25,4	

	Компот из изюма <i>Сахар, изюм</i>	120					638
			44	0,2	0,0	11,4	
	Хлеб ржаной	45					115
			78	3	1	15	
Полдник	Булочка Домашняя <i>яйцо, масло сл, мука, сахар, дрожжи, масло рас</i>	60					
	Чай с сахаром <i>заварка, сахар</i>	150					685
			43	0,1	0,0	10,6	