

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 16.04.2025 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	Суп молочный с рисом <i>молоко свежее, крупа рисовая, сахар (песок), масло сливочное, соль йодированная</i>	200	178	5,8	7,0	22,9	160
	Сыр	8	78	2,1	4,4	7,6	10
	Хлеб пшеничный	20/2	111	1,5	0.3	25,6	114
	Чай с сахаром <i>сахар (песок), заварка</i>	180	43	0,1	0,0	10,6	685
2 Завтрак	Яблоко	140	92	1,0	0,4	21,0	
Обед							138
	Суп картофельный с макаронами <i>лук, , масло рас, картофель, морковь, кура, макароны.</i>	180/20	124	6,4	4,2	15,2	
	Биточки из грудки <i>Грудка, масло рас, яйцо, манка.</i>	80	168	9,8	9,4	11,2	
	Сложный гарнир	75/75	57	1,5	1,7	9,0	520

2 Завтрак	Яблочное пюре	130					
Обед			28	0,5	2,0	2,0	138
	Суп картофельный с макаронами <i>Масло рас, картофель, , лук, морковь, кура, макароны</i>	150/20	106	5,9	3,6	12,5	
	Биточки из грудки <i>Грудка, масло рас, яйцо, манка</i>	60	126	8,4	7,4	7,0	498

	Сложный гарнир <i>Картофель, молоко, масло сл, капуста, морковь, лук, сахар, мука, томат паста, масло рас.</i>	70/70	53	1,4	1,5	8,4	520
	Компот из яблок <i>Сахар, яблоки</i>	120	71	0,1	0,1	17,5	631
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Булочка Российская <i>яйцо, масло сл, мука, сахар, дрожжи, масло рас, молоко, ванилин</i>	50	167	2,7	5,3	27,0	775
	Молоко	150	73	4,1	3,3	6,6	260

