

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 18.04.2025 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 рисовая <i>молоко свежее, крупа рисовая масло сл</i>	200	201	7,0	7,2	27	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 лимоном <i>сахар (песок), заварка, лимон</i>	180	49	0,1	0,0	12,1	686
2 Завтрак	Яблоко	140					
Обед	Салат Степной <i>Картофель, морковь, лук, горошек, масло рас</i>	60	61	1,20	4,1	4,8	41
	Бабушкин суп <i>Картофель, Морковь, лук, масло рас, сметана</i>	200/10/5	100	4,2	4,7	10,3	
	Биточки свинина, говядина <i>Свинина, говядина, масло рас, лук, яйцо</i>	80	148	6,9	10,2	7,2	451
	Капуста тушеная	150	166	5,6	5,6	23,4	534

2 Завтрак	Яблочное пюре	130					
Обед	Салат Степной <i>Картофель, морковь, лук, горошек, масло рас</i>	60					41
			61	1,20	4,1	4,8	
	Бабушкин Суп <i>Картофель, морковь, лук, сметана , масло рас</i>	150/10/5					
			70	3,2	3,6	6,2	
	Биточки свинина говядина <i>Свинина, говядина, лук, яйцо, масло рас</i>	50					451
			113	5,8	7,3	6,0	

	Капуста тушеная <i>Капуста, морковь, лук, томат паста, сахар, мука, масло рас</i>	100	108	3,6	3,6	15,4	534
	Кисель <i>Сахар, кисель</i>	120					233
			47	0,0	0,0	11,7	
	Хлеб ржаной	45					115
			78	3	1	15	
Полдник	Ватрушка царская <i>Творог, манка, сахар, яйцо, мука, сгущ молоко</i>	80/20					
			168	13,4	5,8	15,3	
	Молоко	150					260
			73	4,1	3,3	6,6	