

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 21.04.2025 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 пшеничная <i>молоко свежее, крупа пшеничная масло сл</i>	200	219	8,0	8,9	26,7	311
	Масло	20/5	78	1,6	3,5	9,9	1
	Хлеб пшеничный	20/2	111	1,5	0,3	25,6	114
	Какао с молоком <i>сахар (песок), какао, молоко</i>	180	111	4,8	3,3	15,4	693
2 Завтрак	Отвар шиповника <i>Шиповник, сахар</i>	140	87	0,4	0,1	21,0	705
Обед	Свекла отварная <i>Свекла, масло раст</i>	40	32	0,6	2,0	3,0	41
	Суп гороховый со сметаной <i>Картофель, Морковь, лук, масло рас, сметана, горох</i>	200/10	150	4,1	4,3	23,6	139
	Мясо тушеное с капустой <i>Капуста, свинина, говядина, масло раст, морковь, лук</i>	240	255	13,3	17,8	10,5	

	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	Пирожок с яблоками <i>Мука, сахар, масло сл, дрожжи, яйцо, яблоки</i>	70	189	4,8	3,7	34	698
	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 21.04.2025 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 пшеничная <i>Крупа пшеничная, молоко, масло сл, сахар</i>	150				311	
			164	6,0	6,7	20,0	
	Масло	20/5				1	
			78	1,6	3,5	9,9	
	Хлеб пшеничный	35				114	
			82	3		17	
	Какао с молоком <i>Сахар, какао, молоко</i>	180				693	
			109	4,6	3,3	15,1	
2 Завтрак	Отвар шиповника <i>Шиповник, сахар</i>	130				705	
			73	1,20	4,1	4,8	

Обед	Свекла отварная <i>Свекла, масло раст</i>	40					56
			32	0,6	2,0	3,0	
	Суп гороховый со сметаной <i>Картофель, морковь, лук, сметана , масло рас, горох</i>	180/10					139
			113	3,1	2,2	20,2	
	Мясо тушеное с капустой <i>Свинина, говядина, лук, капуста, масло рас, морковь, лук</i>	170					
			162	9,4	10,5	7,4	

	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	Пирожок с яблоком <i>Мука, сахар, масло сл, дрожжи, яйцо, сахар, яблоко</i>	50					289
			134	3,4	2,6	23,9	
	Чай с сахаром <i>Заварка, сахар</i>	150					685
			43	0,1	0,0	10,6	