

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 22.04.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша Попурри <i>молоко свежее, крупа рис греча масло сл</i>	200	227	7,8	8,4	30	311
	Повидло	20	111	1,5	0,3	25,6	2
	Хлеб пшеничный	20/2	111	1,5	0,3	25,6	114
	Кофейный напиток <i>сахар (песок), кофе, молоко</i>	180	105	3,0	2,3	18,1	253
2 Завтрак	Сок	140	89	0,8	0,2	21,0	705
Обед	Морковь отварная <i>Морковь, масло раст</i>	60	40	0,6	3,1	2,3	9
	Борщ сибирский <i>Картофель, Морковь, лук, масло рас, сметана, свекла, томат паста, фасоль, говядина</i>	200/10/5	115	4,1	5,6	12,0	111
	Котлета рыбная <i>Минтай, лук, яйцо, масло рас</i>	80	126	8,7	7,4	6,1	388

	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, масло сл</i>	150	115	2,9	3,3	17,9	520
	Компот из с/ф <i>Сахар, с/ф</i>	180	76	0,6	0,0	18,5	638
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Сочник с творогом <i>Мука, сахар, масло сл, яйцо, творог, сметана, кефир</i>	100	174	8,3	5,2	23,5	
	Молоко	180	51	1,9	3,5	7,9	260

Ежедневное меню (с 1 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 22.04.2025 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 Попурри <i>Круп арис, греча, молоко, масло сл, сахар</i>	130	148	5,1	5,5	19,5	311
	Повидло	20/15	78	1,2	0,2	17,8	2
	Хлеб пшеничный	35	82	3		17	114
	Кофейный напиток <i>Сахар, кофе, молоко</i>	180	103	3,0	2,3	17,5	253
2 Завтрак	Сок	100	68	0,8	0,2	15,8	

Обед	Морковь отварная <i>Морковь, масло раст</i>	60					9
			47	0,9	3,0	4,1	
	Борщ сибирский <i>Картофель, морковь, лук, сметана, масло рас, свекла, фасоль, томат паста, говядина</i>	180/10/5					111
			90	3,5	4,2	9,6	
	Котлета рыбная <i>Минтай, лук, яйцо, масло рас</i>	75					388
			119	8,1	7,1	5,7	

	Картофельное пюре <i>Картофель масло сл, молоко</i>	120	97	2,3	3,4	14,3	520
	Компот из с/ф <i>Сахар, с/ф</i>	120					638
			43	0,3	0,0	10,5	
	Хлеб ржаной	45					115
			78	3	1	15	
Полдник	Сочник с творогом <i>Мука, сахар, масло сл, , яйцо, сахар, творог, сметана, кефир</i>	80					
			140	6,6	4,2	18,8	
	Молоко	150					260
			42	4,1	3,3	6,6	