

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 23.04.2025 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 Геркулесовая <i>молоко свежее, крупа геркулесовая масло сл</i>	200	199	8,4	8,2	22,8	311
	Масло	20/5	78	1,6	3,5	9,9	1
	Хлеб пшеничный	20/2	111	1,5	0.3	25,6	114
	Чай с молоком <i>сахар (песок), заварка, молоко</i>	170	85	2,8	1,6	14,9	267
2 Завтрак	Отвар шиповника <i>Шиповник, сахар</i>	140	87	0,4	0,1	21,0	705
Обед	Салат степной <i>Морковь , масло раст, картофель, лук, горошек консервированный</i>	60	61	1,2	4,1	4,8	41
	Щи со сметаной <i>Картофель, Морковь, лук, масло рас, сметана, капуста, кура,</i>	200/10/5	82	4,1	3,7	8,0	124
	Гуляш из грудки <i>Грудка, лук, масло рас, томат паста, мука</i>	80	194	13,6	14,5	2,3	437

	Макаронные изделия <i>Макароны, масло сл</i>	150	172	3,1	4,0	30,9	516
	Компот из яблок <i>Сахар, яблоки</i>	180	59	0,5	0,2	13,9	631
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Пирог манный <i>Мука, сахар, масло сл, яйцо, сметана, манка, масло рас</i>	70	169	2,7	5,6	27,0	
	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 23.04.2025 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 Геркулесовая <i>Круп геркулесовая молоко, масло сл, сахар</i>	130				311	
			137	5,5	5,3		16,9
	Масло	20/5				1	
			78	1,6	3,5		9,9
	Хлеб пшеничный	35				114	
			82	3			17
	Чай с молоком <i>Сахар, заварка, молоко</i>	150				267	
			77	2,8	1,6		12,9
2 Завтрак	Отвар шиповника <i>Шиповник, сахар</i>	130				705	
			73	0,3	0,0		17,8

Обед	Салат степной <i>Картофель, морковь, лук, масло рас, гррошек консервированный</i>	60					41
			61	1,2	4,1	4,8	
	Щи со сметаной <i>Картофель, морковь, лук, сметана , масло рас, капуста, кура</i>	180/10/5					124
			66	3,3	3,0	6,4	
	Гуляш из грудки <i>Грудка, масло раст, лук, мука, томат паста</i>	60					437
			126	9,9	8,7	2,0	

	Макаронные изделия <i>Макароны, масло сл</i>	120	138	2,5	3,2	24,7	516
	Компот из яблок <i>Сахар, яблоки</i>	120					631
			51	0,1	0,1	12,4	
	Хлеб ржаной	45					115
			78	3	1	15	
Полдник	Пирог манный <i>Мука, сахар, масло сл, , яйцо, манка, сметана, масло раст</i>	60					
			137	2,3	3,9	23,1	
	Молоко	150					260
			42	4,1	3,3	6,6	