

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 06.05.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша поpurри (рис+греча) Молоко, рис, греча, сахар	200	227	7,8	8,4	30	10
	Сыр	20/8	78	2,1	4,4	7,6	
	Хлеб пшеничный	20/20	111	1,5	0.3	25,6	114
	Кофейный напиток сахар (песок), кофе	180	105	3,0	2,3	18,1	253
2 Завтрак	Витошка	120					
Обед							139
	Суп Гороховый Картофель, морковь, лук, горох, сметана	200/10	150	4,1	4,3	23,6	
	Котлета свинина, говядина Свинина, говядина, лук, масло рас	80	148	6,9	10,2	7,2	451

	Сложный гарнир <i>Картофель, морковь, капуста, молоко, масло сл, сахар, мука,</i>	75/75	57	1,5	1,7	9,0	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	Запеканка творожная со сгущенным молоком <i>Творог, манка, сахар, яйцо, сметана, масло сл</i>	100/20	184	9,5	10,8	12,2	366
	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 06.05.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша поपुरри Рис, греча, молоко, сахар	130	148	5,1	5.5	19,5	
	Сыр	20/4	74	2,0	4,0	7,5	3
	Хлеб пшеничный	35	82	3		17	114

	Кофейный напиток <i>Сахар, молоко, кофе</i>	180	103	3,0	2,3	17,5	253
2 Завтрак	Сок	100	68	0,8	0,2	15,8	139
Обед							
	Суп гороховый <i>Картофель, морковь, лук, горох, сметана</i>	180/10	113	3,1	2,2	20,2	
	Котлета свинина говядина <i>Свинина, говядина, яйцо, лук</i>	50	113	5,8	7,3	6,0	451

	Сложный гарнир <i>Картофель, молоко, масло сл, капуста, морковь, лук, сахар, мука</i>	70/70	53	1,4	1,5	8,4	520
	Компот из с/ф <i>Сахар, с/ф</i>	120	43	0,3	0,0	10,5	638
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Запеканка творожная со сгущенным молоком <i>Творог, манка, сахар, яйцо, сметана, масло сл</i>	80/20	148	7,5	8,7	9,8	366
	Чай с сахаром <i>Заварка, сахар</i>	150	43	0,1	0,0	10,6	685

