

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 07.05.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Кулеш гречневый <i>Молоко,, греча, сахар</i>	150	131	4,6	5,8	15,2	1 114 685
	Масло	20/5	78	1,6	3,5	9,9	
	Хлеб пшеничный	20/20	111	1,5	0,3	25,6	
	Чай с сахаром <i>сахар (песок), заварка</i>	150	43	0,1	0,0	10,6	
2 Завтрак	Отвар шиповника <i>Шиповник, сахар</i>	140	87	0,4	0,1	21,0	705
Обед	Салат морковный с кукурузой <i>Морковь, кукуруза, масло рас</i>	60	61	1,4	3,1	6,9	9
	Борщ Сибирский <i>Картофель, морковь, лук, сметана, свекла, говядина, фасоль</i>	200/10/5	115	5,6	12,0	4,1	111
	Котлета рыбная <i>Минтай, лук, 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 яблок <i>Сахар, яблоки</i>	180	85	0,2	0,2	20,6	631
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Булочка домашняя <i>Мука, сахар, масло сл, яйцо, дрожжи</i>	70	171	3,29	7,07	27,67	274
	Чай с молоком <i>Заварка сахар, молоко</i>	170	85	2,8	1,6	14,9	267

Ежедневное меню (с 1 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 07.05.2025 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	Кулеш гречневый <i>Греча, молоко, сахар</i>	130	114	4,0	5,0	13,2	
	Масло	20/5	78	1,6	3,5	9,9	337
	Хлеб пшеничный	35	82	3		17	114
	Чай с сахаром <i>Сахар, заварка</i>	150	43	0,1	0,0	10,6	685

2 Завтрак	Отвар шиповника <i>Шиповник, сахар</i>	130	73	0,3	0,0	17,8	705
Обед	Салат морковный с кукурузой <i>Морковь, кукуруза, масло рас</i>	40	40	0,9	2,0	4,6	9
	Борщ сибирский <i>Картофель, морковь, лук, свекла, фасоль, сметана, говядина</i>	180/10/5	90	3,5	4,2	9,6	111
	Котлета рыбная <i>Минтай, лук, мало рас, яйцо</i>	75	119	8,1	7,1	5,7	388

	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, масло сл,</i>	120	97	2,3	3,4	14,3	520
	Компот из яблок <i>Сахар, яблоки</i>	120	71	0,1	0,1	17,5	631
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Булочка домашняя <i>Мука, сахар, яйцо, дрожжи, масло сл, масло рас</i>	60	228	4,37	7,07	36,8	274
	Чай с молоком <i>Заварка, сахар, молоко</i>	150	77	2,8	1,6	12,9	267

