Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ДОО  | *МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»* |  | Дата  *14.05.2025 г* | **№ рецептуры:**  |
| **Прием пищи:**  | **Наименование блюда, состав:**  | **Выход, г (вес)**  | **Энергетическая ценность** **(Калорийность):**  | **Пищевые вещества (г):**  |
| **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  |
|  Завтрак | ***Суп молочный****Молоко,, макароны, сахар, масло сл* |  200 | 178 | 5,8 | 7,0 |  22,9 | 160 |
|   | ***Сыр*** | 20/8 |  78 | 2,1 | 4,4 | 7,6 | 10 |
|   | ***Хлеб пшеничный***  | 20/20 | 111  | 1,5  | 0.3  |  25,6 | 114  |
|   | ***Кофейный напиток*** *Саха р (песок), кофе молоко* | 180 |  105 | 3,0 | 2,3 | 18,1 | 253 |
|   |  |   |   |   |   |   |
| 2 Завтрак  | ***Яблоко*** |  140 |   |  |   |  |  |
| Обед  |  |   |   |  |   |   |   |
|   | ***Суп волна****Картофель, морковь, лук, яйцо, масло сл* | 200/10 |  117 |  5,6 | 5,9 |  10,3 |
|   | ***Биточки из грудки****Кура, масло сл, манка, яйцо, хлеб* | 80 |  168 | 9,8 | 9,4 | 11,2 | 498 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***Сложный гарнир****Картофель, молоко, масло сл, капуста, морковь, лук, мука, масло рас, сахар* |  75/75 |  57 |  1,5 |  1,7 |  9,0 |  520 |
|   | ***Компот из яблок*** *Сахар, яблоки* |  180 | 85 |  0,2 |  0,2 | 20,6 |  631 |
|   | ***Хлеб ржаной***  | 45  | 78  | 3  | 1  | 15  | 115  |
| Полдник  | ***Шанежка с картофелем****Мука, масло сл, масло рас, яйцо, дрожжи, картофель, сметана* |  70 | 144 | 4,2 | 3,5 |  23,9 | 296 |
|  | ***Чай с сахаром****Заварка, сахар* | 200 |  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 *14.05.2025 г* | **№ рецептуры:**  |
| **Прием пищи:**  | **Наименование блюда, состав:**  | **Выход, г (вес)**  | **Энергетическая ценность** **(Калорийность):**  | **Пищевые вещества (г):**  |
| **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  |
| Завтрак  | ***Суп молочный****Макароны молоко, сахар, масло сл* | 180 | 160 |  5,2 |  6,3 | 20,6 | 160 |
|   | ***Сыр***  |  20/4 | 74 |  2,0 | 4,0 | 7,5 | 3 |
|   | ***Хлеб пшеничный***  | 35  | 82  | 3  |   | 17  | 114  |
|   | ***Кофейный напиток*** *Сахар, кофе, молоко* | 150 |  67 | 1,5 | 1,3 | 12,4 | 263 |
|   |  |   |   |   |   |   |
| 2 Завтрак  | ***Яблочное пюре*** | 130 |   |  |  |  |  |
| Обед  |  |   |   |  |  |   |  |
|   | ***Суп волна*** *Картофель, морковь, лук, масло сл, яйцо* |  180/10 |  94 |  4,2 | 4,9 | 8,2 |
|   | ***Биточки из грудки****Кура, яйцо, масло рас, манка, хлеб* |  60 |  126 | 7,4 |  7,0 | 8,4 | 498 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***Сложный гарнир****Картофель, молоко, масло сл, капуста, морковь, лук ,мука, сахар* |  70/70 |  53 |  1,4 |  1,5 |  8,4 |  520 |
|   | ***Компот из яблок****Сахар, яблоки* |  120 | 71 | 0,1 | 0,1 | 17,5 |  631 |
|   | ***Хлеб ржаной***  | 45  | 78  | 3  | 1  | 15  | 115  |
| Полдник  | ***Шанежка с картофелем****Мука, сахар, масло сл, масло рас, яйцо, картофель, молоко, сметана*  | 70 | 144 | 4,2 |  3,5 |  23,9 | 296 |
|  | ***Чай с сахаром****Сахар, заварка* | 150 |  43 | 0,1 | 0,0 | 10,6 |  685 |