

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 19.05.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша пшеничная <i>Пшеничная , молоко, масло сл, сахар</i>	200	219	8,0	8,9	26,7	311
	Масло	20/5	78	2,1	4,4	7,6	10
	Хлеб пшеничный	20/20	111	1,5	0,3	25,6	114
	Какао с молоком <i>Сахар (песок), какао, молоко</i>	180	111	3,0	2,3	18,1	693
2 Завтрак	Отвар шиповника <i>Шиповник, сахар</i>	140	87	0,4	0,1	21,0	705
	Свекла отварная <i>Свекла, масло рас</i>	40	32	0,6	2,0	3,0	56
Обед	Суп гороховый <i>Горох, картофель, морковь, лук, масло сл, сметана</i>	200/10	117	5,6	5,9	10,3	139
	Голубцы ленивые <i>Рис, свинина, говядина, масло сл, мука, сметана</i>	220	168	9,8	9,4	11,2	160

	Компот из изюма <i>Сахар изюм</i>	180	85	0,2	0,2	20,6	638
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Гребешок с повидлом <i>Мука, сахар, масло сл, масло рас, яйцо, повидло, молоко, дрожжи</i>	70	144	4,2	3,5	23,9	298
	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 19.05.2025 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>			
				<u>Белки</u>	<u>Жиры</u>	<u>Углеводы</u>	
Завтрак	Каша пшеничная <i>Пшеничная, молоко, сахар, масло сл</i>	150	160	5,2	6,3	20,6	311
	Масло	20/5	74	2,0	4,0	7,5	3
	Хлеб пшеничный	35	82	3		17	114
	Какао с молоком <i>Какао, молоко, сахар</i>	180	67	1,5	1,3	12,4	693

2 Завтрак	Отвар шиповника <i>Шиповник, сахар</i>	130	73	0,3	0,0	17,8	705
Обед	Свекла отварная <i>Свекла, масло рас</i>	40	32	0,6	2,0	3,0	56
	Суп гороховый <i>Горох, масло сл, картофель, морковь, лук, сметана</i>	180/10	94	4,2	4,9	8,2	139
	Голубцы ленивые <i>Свинина, говядина, сметана, лук, рис, масло рас</i>	170	126	7,4	7,0	8,4	160

	Компот из изюма <i>Сахар, изюм</i>	120	71	0,1	0,1	17,5	638
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Гребешок с повидлом <i>Мука, сахар, масло сл, яйцо, дрожжи, повидло, молоко, масло рас</i>	50	144	4,2	3,5	23,9	289
	Чай с сахаром <i>Заварка, сахар</i>	150	43	0,1	0,0	10,6	685

