

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 20.05.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша попурри рис греча <i>Рис, греча, молоко, масло сл, сахар</i>	200	219	8,0	8,9	26,7	311
	Сыр	20/8	78	2,1	4,4	7,6	3
	Хлеб пшеничный	20/20	111	1,5	0.3	25,6	114
	Кофейный напиток <i>Сахар (песок), кофе, молоко</i>	180	111	3,0	2,3	18,1	253
2 Завтрак	Витошка	120					
Обед	Салат морковный с кукурузой <i>Морковь, кукуруза конс, масло рас</i>	60	32	0,6	2.0	3,0	9
	Борщ сибирский <i>Картофель, морковь, лук, масло сл, сметана, свекла, кура, фасоль</i>	200/10/5	117	5,6	5,9	10,3	111
	Биточки рыбные <i>Минтай, лук, яйцо, масло рас</i>	80	168	9,8	9,4	11,2	388

	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, масло сл</i>	150	115	2,9	3,3	17,9	520
	Компот из с/ф <i>Сахар с/ф</i>	180	85	0,2	0,2	20,6	638
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Ватрушка с творогом <i>Мука, сахар, масло сл, масло рас, яйцо, творог, молоко, дрожжи, масло сл</i>	70	144	4,2	3,5	23,9	298
	Молоко	180	43	0,1	0,0	10,6	260

Ежедневное меню (с 1 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 20.05.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша покурри рис греча <i>Рис, греча, молоко, сахар, масло сл</i>	130	160	5,2	6,3	20,6	311
	Сыр	20/4	74	2,0	4,0	7,5	3
	Хлеб пшеничный	35	82	3		17	114
	Кофейный напиток <i>Кофе, молоко, сахар</i>	180	67	1,5	1,3	12,4	253
2 Завтрак	Сок	100	73	0,3	0,0	17,8	

Обед	Салат морковный с кукурузой <i>Морковь, кукуруза, масло рас</i>	40					9
			32	0,6	2,0	3,0	111
	Борщ сибирский <i>Фасоль, масло сл, картофель, морковь, лук, сметана, свекла, кура</i>	180/10/5	94	4,2	4,9	8,2	
	Биточки рыбные <i>Минтай, масло рас, яйцо, лук</i>	75	126	7,4	7,0	8,4	388

	Картофельное пюре <i>Картофель, молоко, масло сл</i>	120	97	2,3	3,4	14,3	520
	Компот из с/ф <i>Сахар, с/ф</i>	120	71	0,1	0,1	17,5	638
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Ватрушка с творогом <i>Мука, сахар, масло сл, яйцо, дрожжи, творог, молоко, масло рас, масло сл</i>	60	144	4,2	3,5	23,9	289
	Молоко	150	43	0,1	0,0	10,6	260