

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 22.05.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	<b>Каша Геркулесовая</b> <i>Геркулес, молоко, масло сл, сахар</i>	200	219	8,0	8,9	26,7	311
	<b>Повидло</b>	20/15	78	2,1	4,4	7,6	1
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20/20	111	1,5	0.3	25,6	114
	<b>Чай с молоком</b> <i>Сахар (песок), заварка молоко</i>	180	111	3,0	2,3	18,1	253
2 Завтрак	<b>Сок</b>	140					
Обед		60	32	0,6	2.0	3,0	71 124
	<b>Суп лапша с курой</b> <i>Кура, лапша, морковь, лук, масло сл</i>	200	117	5,6	5,9	10,3	
	<b>Суфле из куры</b> <i>Кура, яйцо, масло сл, рис, лук</i>	80					

	<b>Сложный гарнир</b> Капуста, морковь, лук, капуста, молоко, масло сл., мука, сахар	75/75	115	2,9	3,3	17,9	516
	<b>Кисель</b> Кисель, сахар	180	85	0,2	0,2	20,6	
	<b>Хлеб ржаной</b>	45	78	3	1	15	115
Полдник	<b>Булочка тюменская</b> Мука, сахар, масло сл., яйцо дрожжи, повидло, сахарная пудра	60	144	4,2	3,5	23,9	
	<b>Чай с лимоном</b> Лимон, заварка, сахар		43	0,1	0,0	10,6	686

Ежедневное меню (с 1 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 22.05.2025 г			<b>№</b> <b>рецептуры:</b>
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	<b>Каша Геркулесовая</b> Геркулес молоко, сахар, масло сл.	130	160	5,2	6,3	20,6	311
	<b>Повидло</b>	20/15	74	2,0	4,0	7,5	1
	<b>Хлеб пшеничный</b>	35	82	3		17	114
	<b>Чай с молоком</b> Заварка сахар, молоко	150	67	1,5	1,3	12,4	267
2 Завтрак	<b>Сок</b>	120					

Обед			32	0,6	2,0	3,0	
	<b>Суп лапша</b> <i>Лапша, морковь, лук, кура, масло сл</i>	180	94	4,2	4,9	8,2	124
	<b>Суфле из куры</b> <i>Кура, рис, лук, масло сл, яйцо</i>	60	126	7,4	7,0	8,4	437

	<b>Сложный гарнир</b> <i>Капуста, морковь, лук, масло сл, молоко, картофель, мука, сахар</i>	70/70	97	2,3	3,4	14,3	516
	<b>Кисель</b> <i>Кисель, сахар</i>	120	71	0,1	0,1	17,5	233
	<b>Хлеб ржаной</b>	45	78	3	1	15	115
Полдник	<b>Булочка тюменская</b> <i>Мука, сахар, дрожжи, яйцо, сахарная пудра, сахар, повидло</i>	50	144	4,2	3,5	23,9	289
	<b>Чай с лимоном</b> <i>Сахар, заварка, лимон</i>	150	40	0,1	0,0	10,1	686