

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 22.05.2025 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	Каша Геркулесовая <i>Геркулес, молоко, масло сл, сахар</i>	200	219	8,0	8,9	26,7	311
	Повидло	20/15	78	2,1	4,4	7,6	1
	Хлеб пшеничный	20/20	111	1,5	0,3	25,6	114
	Чай с молоком <i>Сахар (песок), заварка молоко</i>	180	111	3,0	2,3	18,1	253
2 Завтрак	Сок	140					
Обед		60	32	0,6	2,0	3,0	71
	Суп лапша с курой <i>Кура, лапша, морковь, лук, масло сл</i>	200	117	5,6	5,9	10,3	124
	Суфле из кури <i>Кура, яйцо, масло сл, рис, лук</i>	80					

	Сложный гарнир <i>Капуста, морковь, лук, капуста, молоко, масло сл, мука, сахар</i>	75/75	115	2,9	3,3	17,9	516
	Кисель <i>Кисель, сахар</i>	180	85	0,2	0,2	20,6	
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Булочка тюменская <i>Мука, сахар, масло сл, яйцо дрожжи, повидло, сахарная пудра</i>	60	144	4,2	3,5	23,9	
	Чай с лимоном <i>Лимон, заварка, сахар</i>		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			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша Геркулесовая Геркулес молоко, сахар, масло сл	130					311
			160	5,2	6,3	20,6	
	Повидло	20/15					1
			74	2,0	4,0	7,5	
	Хлеб пшеничный	35					114
			82	3		17	
	Чай с молоком Заварка сахар, молоко	150					267
			67	1,5	1,3	12,4	
2 Завтрак	Сок	120					

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

	Сложный гарнир <i>Капуста, морковь, лук, масло сл, молоко, картофель, мука, сахар</i>	70/70	97	2.3	3,4	14,3	516
	Кисель <i>Кисель, сахар</i>	120	71	0,1	0,1	17,5	233
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Булочка тюменская <i>Мука, сахар, дрожжи, яйцо, сахарная пудра, сахар, повидло</i>	50	144	4,2	3,5	23,9	289
	Чай с лимоном <i>Сахар, заварка, лимон</i>	150	40	0,1	0,0	10,1	686