

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 23.05.2025 г			№ рецептуры:
		Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша Манная Манка, молоко, масло сл, сахар	200	219	8,0	8,9	26,7	311
	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 Сахар (песок, молоко, кофе	180	111	3,0	2,3	18,1	253
2 Завтрак	Яблоко	160					
Обед	Салат Степной Картофель, морковь, лук, горошек консер, масло рас	60	32	0,6	2,0	3,0	41
	Рассольник по домашнему Картофель, морковь, лук, огурцы консер, масло раст, сметана, перловка, кура	200/10/5	117	5,6	5,9	10,3	131
	Суфле из печени Печень, масло сл, лук, яйцо	80					

	Греча рассыпчатая <i>Гречка, масло сл</i>	150	115	2,9	3,3	17,9	516
	Компот из кураги <i>Курага, сахар</i>	180	85	0,2	0,2	20,6	638
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Омлет натуральный <i>Яйцо, молоко, масло сл</i>	80	144	4,2	3,5	23,9	
	Чай с молоком <i>Молоко, сахар, заварка</i>	170	43	0,1	0,0	10,6	267

Ежедневное меню (с 1 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 23.05.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша манная Манка, молоко, сахар, масло сл	130					311
			160	5,2	6,3	20,6	
	Сыр	20/4	74	2,0	4,0	7,5	3
	Хлеб пшеничный	35	82	3		17	114
	Кофейный напиток Кофе, молоко, сахар	180	67	1,5	1,3	12,4	253
2 Завтрак	Яблочное пюре	130					

Обед	Салат степной <i>Картофель, морковь, лук, горошек консер, масло рас</i>	60					41
			32	0,6	2,0	3,0	
	Рассольник по домашнему <i>Картофель, морковь, лук, масло сл, сметана, кура, огурцы сол</i>	180/10/5					131
			94	4,2	4,9	8,2	
	Суфле из печени <i>Печень, яйцо, масло сл, лук</i>	60					437
			126	7,4	7,0	8,4	

	Греча рассыпчатая <i>Греча, масло сл</i>	120	97	2.3	3,4	14,3	516
	Компот из кураги <i>Курага, сахар</i>	120					638
			71	0,1	0,1	17,5	
	Хлеб ржаной	45					115
			78	3	1	15	
Полдник	Омлет натуральный <i>Яйцо, молоко, масло сл</i>	60					289
			144	4,2	3,5	23,9	
	Чай с молоком <i>Сахар, заварка, молоко</i>	150					267
			40	0,1	0,0	10,1	