

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждаю:
заведующий МДОУ "Детский сад № 7 "Огонек"
С.А. Красюкова

Неделя: Первая День Вторник Дата: 10.06.2025г.

Сезон Осенне-зимнее Возрастная категория: 1-3/3-7 лет

№ рецептуры	Ясли/Сад	МДОУ "Детский сад № 7 "Огонек"			Ясли/Сад			
	Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
93	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с макаронными изделиями	150/200	2,58/3,44	2,75/3,67	8,97/11,96	71,2/95
394		гор.напиток	Чай с сахаром	150/180	0,04/0,06	0,01/0,02	6,99/9,99	28/40
3			Хлеб пшеничный	30/40	1,98/2,28	0,36/0,27	10,59/14,07	54/69
			Итого за завтрак		4,6/8,5	3,12/10,29	26,55/36,05	153,2/272
368	Завтрак 2		Фрукты свежие	100\100	0,40/0,40	0,40/0,40	0,80/0,80	44/44
57	Обед	1 блюдо	Борщ из свежей капусты	150/200	1,3/1,73	3,25/4,33	7,71/10,28	61/81
300		2 блюдо	Птица отварная в соусе	70/80	11,79/14,15	11,74/14,09	14,86/17,83	144/165
321			Картофель отварной	120/150	2,45/3,18	2,24/2,91	24,75/32,17	106/133
376		3 блюдо	Компот из сухофруктов	150/180	0,06/0,072	0	16,36/16,64	65/69
			Хлеб пшеничный	30/40	1,98/2,28	0,36/0,27	10,59/14,07	54/69
			Хлеб ржаной	30/40	1,98/2,28	0,36/0,27	10,59/14,07	54/69
			Итого за обед		24,13/28,262	22,49/26,41	84,86/105,06	528/630
	Полдник		Кондитерские (печенье)	100/100	8,82/8,82	7,28/7,28	62,58/62,58	335,64/335,64
380		гор.напиток	Кисель из сока концентрата	150/180	0,17/0,21	0,009/0,01	26,45/31,74	106,65/128
			Итого за полдник		8,99/9,03	7,289/7,29	89,03/94,32	442,29/463/64
	Итого				37,72/45,792	32,899/43,99	200,44/235,43	1123,49/1365,64

