

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждаю:

заведующий МДОУ "Детский сад № 7 "Огонек"

С.А. Красюкова

Неделя: Вторая

День Вторник Дата: 11.03.2025г.

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
11	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшеничная молочная	40/200	4,9/6,53	4,47/5,97	23,43/31,23	154,5/206
392		гор.напиток	Чай с сахаром	150/180	0,04/0,06	0,01/0,02	0	28/40
			Хлеб пшеничный	40/40	2,28/2,45	0,27/7,55	14,07/14,62	69/69
			Итого за завтрак		7,39/9,04	12,03/13,54	38,05/45,85	251,5/315
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 с капустой и картофелем	150/200	1,3/1,73	3,25/4,33	7,71/10,28	61/81
304		2 блюдо	Плов из птицы	120/160	13,65/13,65	7,20/7,20	7,20/7,20	200,8/200,8
380		3 блюдо	Кисель из сока концентрата	150/180	0,17/0,21	0,009/0,01	26,45/31,74	106,65/128
			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		27,85/26,66	18,525/20,97	88,669/117,86	520,45/591,8
	Полдник		Кондитерские (печенье)	50/50	4,41/4,41	3,64/3,64	31,29/31,29	167,82/167,82
397		гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	150/180	2,34/2,85	2,00/2,4	10,63/14,3	70/91
			Итого за полдник		6,75/7,26	5,64/6,04	41,92/45,59	237,82/258,82
	Итого				41,99/42,96	28,59/40,55	168,63/209,3	1009,7/1165,6