

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждаю:

заведующий МДОУ "Детский сад № 7 "Огонек"

С.А. Красюкова

Неделя: Вторая

День Четверг Дата: 24.04.2025г.

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
94	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с крупой	150\200	2,65/3,53	3,15/4,20	10,62/14,15	81/108
392		гор.напиток	Чай с сахаром	150/180	0,05/0,06	0,01/0,02	0	28/40
			Хлеб пшеничный	30/40	1,98/2,28	0,36/0,27	10,59/14,07	54/69
			Итого за завтрак		4,68/5,87	3,52/4,49	21,21/28,22	163/217
	Завтрак 2		Фрукты свежие	100\100	0,40/0,40	0,40/0,40	0,80/0,80	44/44
85	Обед	1 блюдо	Суп лапша домашняя	150/200	1,328/0,213	3,041/5,06	7,154/11,92	61,35/102,25
256		2 блюдо	Котлеты рыбные любительские	70/80	9,357/10,64	3,29/3,76	6,928/7,67	94,5/107
336		3 блюдо	Капуста тушеная	100/150	1,96/3,13	3,71/5,56	9,49/14,38	79/120
380			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		21,345/23,323	15,31/19,47	71,202/93,85	5123,1/639,25
	Полдник		Лапшевник с творогом	120/120	9,67/9,67	7,38/7,38	29,35/29,35	228/228
354			Соус сметанный	20/30	0,28/0,58	1,0/1,4	0,98/0,8	14,87/30,4
397		гор.напиток	Какао с молоком	150/180	3,5/3,67	2,72/3,19	12,96/15,82	89/107
			Итого за полдник		13,45/13,92	11,55/12,42	43,2945,97	331,87/365,4
	Итого				39,475/43,113	30,38/36,38	135,70/168,0	1007,9/1221,6

