

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждаю:
и.о. заведующего МДОУ "Детский сад № 7 "Огонек"
Шкодий И.В.

Неделя: Первая День Четверг Дата: 26.06.2025г.

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
185	Завтрак	гор.блюдо	Каша манная молочная	135/205	3,98/5,31	3,81/5,09	20,64/27,51	70,24/93,65
392		гор.напиток	Чай с сахаром	150/180	0,04/0,06	0,01/0,02	0	28/40
			Хлеб пшеничный	30/40	1,98/2,28	0,36/0,36	10,59/14,07	54/69
			Итого за завтрак		6/7,65	4,18/5,47	31,23/41,58	152,24/202,65
368	Завтрак 2		Фрукты свежие	100\100	0,40/0,40	0,40/0,40	0,80/0,80	44/44
81	Обед	1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми	150/200	3,19/4,3	3,0/4,0	11,89/15,85	88,5/118
302		2 блюдо	Птица тушенная в соусе с овощами	100/100	10,64/10,64	3,76/3,76	7,67/7,67	212/212,4
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	0,36/0,36	10,59/14,07	54/69
			Хлеб ржаной	30/40	1,98/2,28	0,36/0,36	10,59/14,07	54/69
			Итого за обед		28,43/30,18	17,729/18,73	109,39/125,6	562,12/640,4
218	Полдник		Омлет натуральный	70/80	6,83/7,81	9,20/10,52	1,22/1,39	114,6/131
376		гор.напиток	Компот из сухофруктов	150/180	0,06/0,72	0	16,36/19,64	65/69
	Итого		Итого за полдник		6,89/8,53	9,20/10,52	17,58/21,03	179,6/200
			Итого		41,32/46,36	31,109/34,72	158,2/188,21	893,96/1043,05

