

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение «Детский сад «Калинка»
с.Ветлянка Соль-Илецкого муниципального округа Оренбургской области



Ежедневное меню на 16.04.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 8 (1,5-3 года)								
завтрак:	Омлет натуральный	100	8,5	12	2,2	150,3	0,2	54-1о
	Кофейный напиток с молоком	150	2,9	2,2	8,5	64,5	0,39	54-23гн
	Батон нарезной	20	1,5	0,2	9,8	46,9	0	46,9
Всего, ккал за завтрак						261,7		
2-й завтрак:	Сок фруктовый/ овощной	100	1,5	0,1	10,1	43,9	0	пром.
	Фрукты (по наличию)	95	1,5	0,5	19,9	89,8	0	пром.
обед:	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,3	1,6	0,9	18,8	5,7	54-5з
	Щи из свежей капусты со сметаной	150	3,5	4,2	4,3	69,15	8	54-1с
	Курица тушеная с морковью	50	16,9	6,8	5,3	151,7	1,56	54-30м
	Картофельное пюре	120	2,6	4,2	15,8	111,5	8,16	54-11г
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	0	пром.
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	0	пром.
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,4	0	14,9	60,8	0,02	54-1хн
	Всего, ккал за обед						493,05	
полдник	Сдоба обыкновенная	60	4,9	2,7	32,2	172,9	0	54-13в
	Чай с молоком и сахаром	150	1,2	0,8	6,5	38,2	0,23	54-4гн
Всего, ккал за полдник						211,1		
Итого за восьмой день:			48,5	35,7	146,9	1055,65		

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 8 (3-7 лет)								
завтрак:	Омлет натуральный	150	12,7	18,1	3,3	225,5	0,3	54-1о
	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	0,52	54-23гн
	Батон нарезной	20	1,5	0,2	9,8	46,9	0	46,9
Всего, ккал за завтрак						358,4		
2-й завтрак:	Сок фруктовый/ овощной	100	1,5	0,1	10,1	43,9	0	пром.
	Фрукты (по наличию)	100	1,6	0,8	21	95	0	пром.
обед:	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,1	1,8	37,6	11,5	54-5з
	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,7	7,0	7,1	115,25	13,4	54-1с
	Курица тушеная с морковью	75	21,2	8,6	6,6	189,6	1,95	54-30м
	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	10,2	54-11г
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	0	пром.
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0	пром.
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	19,8	81	60,8	0,02	54-1хн
Всего, ккал за обед						632,25		
полдник	Сдоба обыкновенная	60	4,9	2,7	32,2	172,9	0	54-13в
	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,3	54-4гн
Всего, ккал за полдник						223,8		
Итого за восьмой день:			62	70,1	230,9	1309,45		