

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



Ежедневное меню на 01.04.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 7 (1,5-3 года)								
завтрак:	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,1	3,4	13,4	96,2	0,5	54-19к
	Чай с молоком и сахаром	150	1,2	0,8	6,5	38,2	0,23	54-4гн
	Батон нарезной	20	1,5	0,2	9,8	46,9	0	46,9
	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1	0	53-19з
Всего, ккал за завтрак						247,4		
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 белокочанной капусты	30	0,5	3,05	2,9	40,75	11,6	54-8з
	Суп картофельный с клецками	150	3,5	2,46	8,55	70,1	2,7	54-6с
	Плов с курицей	120	16,4	4,9	19,9	188,8	1,42	54-12м
	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						441,55		
полдник	Ватрушка с повидлом	60	3,7	1,7	38,9	185,4	0,1	54-14в
	Сок фруктовый/ овощной	100	1,5	0,1	10,1	43,9	0	пром.
Всего, ккал за полдник						229,3		
Итого за седьмой день:			38,7	24,81	171,55	1008,05		

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 7 (3-7 лет)								
завтрак:	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,5	4,5	17,8	134,22	0,72	54-19к
	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,3	54-4гн
	Батон нарезной	20	1,5	0,2	9,8	46,9	0	46,9
	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1	0	53-19з
Всего, ккал за завтрак						298,12		
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 белокочанной капусты	60	1	6,1	5,8	81,5	23,1	54-8з
	Суп картофельный с клецками	250	5,7	4,1	14,2	116,9	4,6	54-6с
	Плов с курицей	150	20,5	6,1	24,9	236	1,77	54-12м
	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	0	19,8	81	0,02	54-1хн
Всего, ккал за обед						605		
полдник	Ватрушка с повидлом	60	3,7	1,7	38,9	185,4	0,1	54-14в
	Сок фруктовый/ овощной	100	1,5	0,1	10,1	43,9	0	пром.
Всего, ккал за полдник						229,3		