

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



Ежедневное меню на 03.04.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 9 (1,5-3 года)								
завтрак:	Каша жидкая молочная манная	120	3,2	3,4	15,2	104,6	0,3	54-27к
	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	пром.
	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1	0	53-19з
Всего, ккал за завтрак						189,7		
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:	Кукуруза сахарная	30	0,6	0,1	3,05	15,65	0,58	54-21з
	Суп крестьянский с крупой (круп	150	3,7	4,3	8,4	87,7	4,8	54-11с
	Жаркое по-домашнему из курицы	120	14,9	3,7	10,6	135,4	6,16	54-33м
	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						380,61		
ПОЛДНИК	Булочка ванильная	60	4,6	4,1	30,52	177	0	54-10в
	Сок фруктовый/ овощной	100	1,5	0,1	10,1	43,9	0	пром.
Всего, ккал за полдник						220,9		
Итого за девятый день			37,5	24,9	155,67	881,01		

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 9 (3-7 лет)								
завтрак:	Каша жидкая молочная манная	150	4	4,3	19	130,7	0,4	54-27к
	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	пром.
	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1	0	53-19з
Всего, ккал за завтрак						228,5		
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:	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,3	1,15	54-21з
	Суп крестьянский с крупой (круп рисовая)	250	6,1	7,2	14,0	146,1	8,0	54-11с
	Жаркое по-домашнему из курицы	150	18,6	4,7	13,2	169,3	7,7	54-33м
	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						517,3	
полдник	Булочка ванильная	60	4,6	4,1	30,52	177	0	54-10в
	Сок фруктовый/ овощной	100	1,5	0,1	10,1	43,9	0	пром.
Всего, ккал за полдник						220,9		
Итого за девятый день			46	30,5	180,62	1061,7		