

Меню № 7	Дата	УТВЕРЖДАЮ заведующий МБДОУ «Благодарновский детский сад» И. И. Машкова										
	01.04.2025											
Прием пищи	Наименование блюда	№ рецептуры	Для детей от 1,5 до 3 лет					Для детей от 3 до 7 лет				
			Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
белки	жиры	углеводы		белки	жиры	углеводы						
завтрак	Каша молочная рисовая (рис, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	98	150/5	3,84	4,96	24,46	157,6	200/5	5,12	6,62	32,61	210,13
	Чай с сахаром витаминизированный (чай, сахар, витамин С)	54-2гн-2022	150	0,1	0	4,08	19,6	180	0,12	0	5,76	23,52
	Бутерброд с маслом (хлеб пшеничный, масло сливочное)	1	20/5	1,53	4,72	9,14	85	30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
Итого за завтрак			330	5,47	9,68	37,68	262,2	420	7,38	12,42	51,53	356,05
второй завтрак	Фрукты (яблоко)	386	95	0,4	0,4	10,29	49,14	100	0,4	0,4	10,29	49,14
Итого за завтрак			95	0,4	0,4	10,29	49,14	100	0,4	0,4	10,29	49,14
обед	Винегрет (картофель, масло растительное, лук, морковь, свекла, огурец соленый)	54-16з	30	0,47	3,58	2,68	44,7	50	0,59	4,47	3,33	56
	Суп гороховый (горох, картофель, морковь, лук, масло растительное, соль)	36	150	1,4	2,33	8,17	59,27	200	1,87	3,11	10,89	79,03
	Рыбные котлеты (минтай, молоко, хлеб пшеничный, яйцо, масло сливочное, соль)	54-3р-2020	50	8,4	1,7	5,4	68,6	70	9,1	1,84	5,53	74,32
	Картофель в молоке (картофель, молоко, масло сливочное, соль)	137	120	3,6	4,5	21,3	139	150	4,5	5,63	26,63	173,75
	Кисель из концентрата (кисель, сахар)	233	150	0	0	7,5	89,25	180	0,5	0	25,1	102,4
	Хлеб пшеничный	пром	30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	3,95	0,5	24,15	118
Итого за обед			530	16,24	12,41	59,54	471,62	700	20,51	15,55	95,63	603,5
полдник	Булочка «Ванильная» (мука, сахар, маргарин, яйцо, соль, дрожжи, масло растительное)	273	60	8,81	5,45	35	215,2	70	10,3	6,4	40,8	251,07
	Молоко кипяченое (молоко)	72	150	4,4	3,8	7,2	79,5					
	Чай с сахаром (чай, сахар)	54-2гн-2020						180	0,12	0	5,76	23,52
Итого за полдник			210	13,21	9,25	42,2	294,7	250	10,42	6,4	46,56	274,59
Итого за день			1165	35,32	31,74	149,71	1077,66	1470	38,71	35,77	204,01	1283,28