

Меню № 1	Дата	УТВЕРЖДАЮ заведующий МБДОУ «Благодарновский детский сад» И.И. Машкова										
	10.03.2025											
	Для детей от 1,5 до 3 лет							Для детей от 3 до 7 лет				
Прием пищи	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
				белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы	
завтрак	Каша молочная пшеничная (вязкая) (крупа пшеничная, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	55	150	4,07	3,17	25,04	144,75	200	5,43	4,23	33,39	193
	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
	Чай с сахаром витаминизированный (чай, сахар, витамин С)	54-2ги-2020	150	0,1	0	4,8	19,6	180	0,12	0	5,76	23,52
Итого за завтрак			325	5,7	7,89	38,98	249,35	415	7,69	11,03	52,31	338,92
второй завтрак	Фрукты (яблоко)	386	95	0,42	0,42	10,29	49,14	100	0,42	0,42	10,29	49,14
Итого за второй завтрак			95	0,42	0,42	10,29	49,14	100	0,42	0,42	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 картофельный с крупой (крупа гречневая, картофель, морковь, лук, масло растительное, соль)	86	150	1,18	1,64	8,75	54,45	200	1,57	2,18	11,67	72,6
	Плов из куриных окорочков (окорочок, лук, морковь, рис, масло растительное, соль)	321	120	16,4	4,8	19,9	188,8	210	28,7	8,4	34,83	330,4
	Кисель из концентрата (концентрат киселя, сахар)	233	150	0	0	7,5	89,25	180	0	0	25,1	102,4
	Хлеб пшеничный	пром	30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	3,95	0,5	24,4	118
Итого за обед			480	18,07	10,32	53,32	448	690	34,81	15,55	99,33	679,4
полдник	Пирожок печеный с картофелем (мука, картофель, сахар, маргарин, яйцо, дрожжи, масло растительное, яйцо, лук, соль)	294	45/19	4,68	4,72	32,24	231,14	45/19	4,64	3,89	28,9	191,7
	Молоко кипяченое (молоко)	419	150	4,4	3,8	7,2	79,5	-	-	-	-	-
	Чай с сахаром	54-2ги-2020	-	-	-	-	-	180	0,12	0	5,76	23,52
Итого за полдник			214	9,08	8,52	39,44	310,64	244	4,76	3,89	34,66	215,22
Итого за день			1114	33,25	27,15	142,03	1057,13	1449	47,68	30,89	196,59	1282,68