

Меню № 4	Дата	УТВЕРЖДАЮ заведующий МБДОУ «Благодарновский детский сад» И.И. Машкова										
	24.04.2025				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 манная (манка, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	90	150/5	4,65	6,04	23,32	166,52	200/5	6,2	8,05	31,09	222,02
	Бутерброд с сыром (хлеб пшеничный, сыр твердый, масло сливочное)	3	20/10/5	3,84	3,11	9,84	82,7	30/10/5	4,6	3,19	14,76	106,1
	Чай с молоком и сахаром (чай, молоко, сахар)	54-4гн-2020	150	1,1	0,8	6,4	37,7	180	1,54	1,62	9,36	58,04
Итого за завтрак			340	9,59	9,95	39,56	286,92	430	12,34	12,86	55,21	386,36
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 второй завтрак			95	0,4	0,4	10,29	49,14	100	0,4	0,4	10,29	49,14
обед	Суп картофельный с крупой (пшено, 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
	Гуляш из отварного мяса (окорочка, морковь, лук, масло сливочное, томат пюре, мука, соль)	293	120	15,42	12,41	3,96	189	160	18,51	14,56	14,87	262,36
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	219	120	4,3	3,9	26,2	157,4	150	5,38	4,88	32,75	196,75
	Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахар)	54-1хн-2020	150	0,4	0	14,9	60,8	180	0,13	0	9,25	37,46
	Хлеб пшеничный	пром	30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	4,05	0,5	24,4	121
Итого за обед			570	23,67	18,25	68,3	532,45	740	29,64	22,12	92,94	690,17
полдник	Пирожок печеный с яблоком (мука, яйцо, сахар, соль, маргарин, масло растительное, яблоко)	294	70/23,8	5,4	4,5	33,7	197,5	70/23,8	5,45	4,6	37,6	123,9
	Чай с сахаром витаминизированный (чай, сахар, витамин С)	54-2ги-2020	150	0,1	0	4,8	19,6	180	0,09	0,02	7,01	28,54
Итого за полдник			220	5,5	4,5	38,5	217,1	250	5,54	4,62	44,61	152,44
Итого за день			1225	39,16	33,1	156,65	1085,61	1520	47,92	40	203,05	1277,91