

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Д/с №16»
С.В. Гладенькова

Ежедневное меню основного питания для детей дошкольного возраста (1-3 лет)

26 апреля 2024 г.

10 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность ясли	№ рецептуры
			Белки ясли	Жиры ясли	Углеводы ясли		
Завтрак	Каша молочная пшеничная	150,00	3,23	4,80	32,10	178,00	182
	Кофейный напиток с молоком	150,00	2,37	2,00	11,96	83,85	54
	Хлеб пшеничный	30,00	2,01	0,27	11,60	79,60	147
	Сыр (порциями)	10,00	2,32	2,95	0,00	36,00	7
Итого за завтрак		340,00	9,93	10,02	55,66	377,45	
Второй завтрак:	Варенец	120,00	4,00	3,00	5,11	72,80	401
Итого за второй завтрак		120,00	4,00	3,00	5,11	72,80	
Обед	Салат из белокачанной капусты	40,00	0,56	2,03	3,60	34,96	20
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150,00	1,26	6,01	13,40	102,00	67
	Кнели куриные с рисом	60,00	17,00	14,14	5,30	217,00	329
	Картофель в молоке	120,00	2,64	5,12	14,90	105,60	337
	Компот из сухофруктов	150,00	0,10	0,00	12,10	77,60	431
Хлеб ржаной	40,00	1,44	0,36	12,48	59,40	148	
Итого за обед		560,00	23,00	27,66	61,78	596,56	
Уплотнённый полдник	Суфле рыбное	60,00	7,98	4,72	3,12	83,00	250
	Рисовая каша рассыпчатая	120,00	2,91	3,44	29,34	160,00	179
	Хлеб пшеничный	30,00	2,01	0,27	11,60	79,60	147
	Чай с сахаром	150,00	0,15	0,07	8,30	31,00	391
	Печенье	15,00	0,88	2,48	10,20	70,10	0
Яблоко свежее	95,00	0,38	0,40	11,68	30,56	386	
Итого за уплотненный полдник		470,00	14,31	11,38	74,24	454,26	
Итого за день		1490,00	51,24	52,06	196,79	1501,07	



Ежедневное меню основного питания для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

26 апреля 2024 г.

10 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда сад	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность сад	№ рецептуры
			Белки сад	Жиры сад	Углеводы сад		
Завтрак	Каша молочная пшеничная	200,00	4,65	6,48	38,20	220,00	182
	Кофейный напиток с молоком	200,00	3,08	2,65	15,70	118,00	54
	Хлеб пшеничный	40,00	2,64	0,36	15,40	106,14	147
	Сыр (порциями)	15,00	3,48	4,42	0,00	54,00	7
Итого за завтрак		455,00	13,85	13,91	69,30	498,14	
Второй завтрак: Варенец		150,00	5,01	3,75	6,39	91,00	401
Итого за второй завтрак		150,00	5,01	3,75	6,39	91,00	
Обед	Салат из белокочанной капусты	60,00	0,84	3,04	5,40	52,44	20
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200,00	1,38	7,20	14,70	136,00	67
	Кнели куриные с рисом	80,00	22,80	18,80	7,06	289,00	329
	Картофель в молоке	150,00	3,30	6,40	18,60	132,00	337
	Компот из сухофруктов	200,00	0,15	0,00	16,40	111,80	431
	Хлеб ржаной	50,00	1,80	0,45	15,60	74,25	148
Итого за обед		740,00	30,27	35,89	77,76	795,49	
Уплотнённый полдник	Суфле рыбное	80,00	10,59	6,47	4,17	117,00	250
	Рисовая каша рассыпчатая	150,00	3,72	4,16	38,72	207,00	179
	Хлеб пшеничный	40,00	2,64	0,36	15,40	106,14	147
	Чай с сахаром	180,00	0,18	0,09	9,90	37,20	391
Печенье		15,00	0,88	2,48	10,20	70,10	0
Яблоко свежее		100,00	0,40	0,40	12,30	32,17	386
Итого за уплотнённый полдник		565,00	18,41	13,96	90,69	569,61	
Итого за день		1910,00	67,54	67,51	244,14	1954,24	