



Жемчужинка"
Атаманова Л. Н

Ежедневное меню приготавливаемых блюд на 04.09.2025

Длительность пребывания детей в ДОО: 10 часов

Возрастная категория: Группы раннего возраста (1-3 года)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой пшенной	150	4,47	5,54	15,41	130,14
	Бутерброды с сыром	45	4,81	4,52	14,96	120,08
	Чай с сахаром	150/7	0,04	0,00	5,84	23,73
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		345	9,32	10,06	36,21	273,95
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,75	0,15	15,15	69
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	180	5,24	10,49	12,56	174,47
	Плов	160	12,91	17,63	53,01	441,14
	Салат из соленых огурцов с луком	40	1,00	1,34	0,94	19,77
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
	Компот из сушеных фруктов	150	0,93	0,19	23,58	98,12
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,5
ИТОГО ЗА ОБЕД		580	23,63	30,15	110,74	835,75
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	150/7/3	0,11	0,01	6,06	26,27
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
	Икра кабачковая	40	0,00	0,00	0,00	0
	Яйца вареные	50	6,35	5,75	0,35	78,5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	7,78	6,00	13,09	139,57
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1335	41,48	46,36	175,19	1318,27

Возрастная категория: Группы дошкольного возраста (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой пшенной	200	5,96	7,38	20,54	173,52
	Бутерброды с сыром	45	4,81	4,52	14,96	120,08
	Чай с сахаром	180/10	0,05	0,00	7,00	28,48
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		425	10,82	11,90	42,50	322,08
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	82,8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		180	0,90	0,18	18,18	82,8
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	200	5,82	11,66	13,96	193,86
	Плов	180	14,53	19,84	59,63	496,28
	Салат из соленых огурцов с луком	60	1,49	2,02	1,41	29,66
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
	Компот из сушеных фруктов	180	1,12	0,23	28,30	117,74
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,5
ИТОГО ЗА ОБЕД		670	26,51	34,25	123,95	939,79
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	180/10/7	0,13	0,02	7,27	31,52
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
	Икра кабачковая	50	0,00	0,00	0,00	0
	Яйца вареные	55	6,98	6,32	0,38	86,35
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		305	8,43	6,58	14,33	152,67
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1580	46,66	52,91	198,96	1497,34

Медицинская сестра  Коппель Т. В