

УТВЕРЖДАЮ:



"Жемчужинка"
Л. Н.

Ежедневное меню приготавливаемое в ДОУ с 01.06.2025

Длительность пребывания детей в ДОУ: 10 часов

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	Каша из пшена и риса молочная ("Дружба")	150	4,88	6,14	19,09	151,98
	Масло (порциями)	5	0,04	3,62	0,06	33
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,73	71,4
	Чай с сахаром	150/7	0,04	0,00	5,84	23,73
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		335	7,36	10,06	39,72	280,11
ЗАВТРАК 2	Напиток лимонный	150	0,12	0,01	9,57	41,39
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,12	0,01	9,57	41,39
ОБЕД	Свекольник со сметаной	180	4,55	10,75	11,99	170,91
	Пюре картофельное	120	2,46	3,12	17,92	109,82
	Котлеты рубленные из свинины	50	6,21	15,12	3,48	189,55
	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,24	0,08	1,68	7,96
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,5
	Компот из сушеных фруктов	150	0,93	0,19	23,58	98,12
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
ИТОГО ЗА ОБЕД		590	17,94	29,76	79,30	678,61
ПОЛДНИК	Печенье	40	3,00	4,72	29,96	166,84
	Йогурт	150	6,15	2,25	8,85	85,5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		190	9,15	6,97	38,81	252,34
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1265	34,57	46,80	167,40	1252,45

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК	Каша из пшена и риса молочная ("Дружба")	200	6,50	8,18	25,46	202,64
	Масло (порциями)	5	0,04	3,62	0,06	33
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,73	71,4
	Чай с сахаром	180/10	0,05	0,00	7,00	28,48
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		415	8,99	12,10	47,25	335,52
ЗАВТРАК 2	Напиток лимонный	180	0,14	0,02	11,48	49,66
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		180	0,14	0,02	11,48	49,66
ОБЕД	Свекольник со сметаной	200	5,06	11,94	13,32	189,9
	Пюре картофельное	150	3,07	3,90	22,40	137,28
	Котлеты рубленные из свинины	70	8,69	21,18	4,88	265,38
	Салат из свежих помидоров с луком	60	0,36	0,12	2,52	11,94
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,5
	Компот из сушеных фруктов	180	1,12	0,23	28,30	117,74
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
ИТОГО ЗА ОБЕД		710	21,85	37,87	92,07	824,49
ПОЛДНИК	Печенье	40	3,00	4,72	29,96	166,84
	Йогурт	180	7,38	2,70	10,62	102,6
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	10,38	7,42	40,58	269,44
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1525	41,36	57,41	191,38	1479,11

Медицинская сестра  Коппель Т. В.