

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ

Детский сад №2 "Жемчужинка"

Атаманова Л. Н.



Ежедневное меню приготавливаемых блюд на 19.05.2025

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 овсяной | 150       | 6,08             | 6,29  | 22,35    | 171,02                  |
|                    | Хлеб пшеничный                | 30        | 2,40             | 0,30  | 14,73    | 71,4                    |
|                    | Масло (порциями)              | 5         | 0,04             | 3,62  | 0,06     | 33                      |
|                    | Чай с лимоном                 | 150/7/3   | 0,11             | 0,01  | 6,06     | 26,27                   |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК   |                               | 335       | 8,63             | 10,22 | 43,20    | 301,69                  |
| 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               | Суп крестьянский со сметаной  | 180       | 2,47             | 5,58  | 15,70    | 123,44                  |
|                    | Каша рассыпчатая              | 110       | 10,71            | 5,40  | 48,39    | 284,57                  |
|                    | Мясо тушеное                  | 50        | 6,03             | 13,56 | 1,70     | 169,57                  |
|                    | Огурец соленый                | 40        | 1,12             | 0,00  | 0,52     | 6,44                    |
|                    | Кисель                        | 180       | 0,00             | 0,00  | 6,41     | 25,81                   |
|                    | Хлеб пшеничный                | 25        | 1,90             | 0,20  | 12,30    | 58,75                   |
|                    | Хлеб ржаной                   | 25        | 1,65             | 0,30  | 8,35     | 43,5                    |
| ИТОГО ЗА ОБЕД      |                               | 610       | 23,88            | 25,04 | 93,37    | 712,08                  |
| ПОЛДНИК            | Запеканка из творога          | 100       | 14,45            | 10,39 | 8,96     | 186,82                  |
|                    | Кофейный напиток на молоке    | 150       | 3,90             | 3,45  | 10,32    | 88,94                   |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК   |                               | 250       | 18,35            | 13,84 | 19,28    | 275,76                  |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:     |                               | 1345      | 51,61            | 49,25 | 171,00   | 1358,53                 |

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 овсяной | 200       | 8,10             | 8,38  | 29,80    | 228,02                  |
|                    | Хлеб пшеничный                | 30        | 2,40             | 0,30  | 14,73    | 71,4                    |
|                    | Масло (порциями)              | 5         | 0,04             | 3,62  | 0,06     | 33                      |
|                    | Чай с лимоном                 | 180/10/7  | 0,13             | 0,02  | 7,27     | 31,52                   |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК   |                               | 415       | 10,67            | 12,32 | 51,86    | 363,94                  |
| 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               | Суп крестьянский со сметаной  | 200       | 2,74             | 6,20  | 17,44    | 137,16                  |
|                    | Каша рассыпчатая              | 130       | 12,66            | 6,38  | 57,19    | 336,31                  |
|                    | Мясо тушеное                  | 70        | 8,45             | 18,99 | 2,37     | 237,39                  |
|                    | Огурец соленый                | 60        | 1,68             | 0,00  | 0,78     | 9,66                    |
|                    | Кисель                        | 180       | 0,00             | 0,00  | 6,41     | 25,81                   |
|                    | Хлеб пшеничный                | 25        | 1,90             | 0,20  | 12,30    | 58,75                   |
|                    | Хлеб ржаной                   | 25        | 1,65             | 0,30  | 8,35     | 43,5                    |
| ИТОГО ЗА ОБЕД      |                               | 690       | 29,08            | 32,07 | 104,84   | 848,58                  |
| ПОЛДНИК            | Запеканка из творога          | 120       | 17,34            | 12,47 | 10,75    | 224,18                  |
|                    | Кофейный напиток на молоке    | 180       | 4,68             | 4,14  | 12,38    | 106,72                  |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК   |                               | 300       | 22,02            | 16,61 | 23,13    | 330,9                   |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:     |                               | 1585      | 62,67            | 61,18 | 198,01   | 1626,22                 |

Медицинская сестра Коппель Т. В.