

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ

"Детский сад



## Ежедневное меню приготавливаемых блюд на 25.07.2025

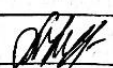
Длительность пребывания детей в ДОО: 10 часов

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

| Прием пищи         | Наименование блюда                                      | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|--------------------|---------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                    |                                                         |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| ЗАВТРАК            | Суп молочный с макаронными изделиями                    | 150       | 4,80             | 5,55  | 17,40    | 139,47                  |
|                    | Хлеб пшеничный                                          | 30        | 2,40             | 0,30  | 14,73    | 71,4                    |
|                    | Чай с лимоном                                           | 150/7/3   | 0,11             | 0,01  | 6,06     | 26,27                   |
|                    | Масло (порциями)                                        | 5         | 0,04             | 3,62  | 0,06     | 33                      |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК   |                                                         | 335       | 7,35             | 9,48  | 38,25    | 270,14                  |
| 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 с курицей                                          | 150       | 16,47            | 4,82  | 28,98    | 225,58                  |
|                    | Салат из свежих помидоров с луком                       | 40        | 0,54             | 2,04  | 3,07     | 32,92                   |
|                    | Компот из сушеных фруктов                               | 150       | 0,93             | 0,19  | 23,58    | 98,12                   |
|                    | 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      |                                                         | 570       | 26,73            | 18,04 | 88,84    | 633,34                  |
| ПОЛДНИК            | Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом) | 70        | 3,63             | 5,12  | 19,40    | 139,82                  |
|                    | Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом        | 150/7     | 0,04             | 0,00  | 5,84     | 23,73                   |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК   |                                                         | 220       | 3,67             | 5,12  | 25,24    | 163,55                  |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:     |                                                         | 1275      | 38,50            | 32,79 | 167,48   | 1136,03                 |

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 макаронными изделиями           | 200       | 6,40             | 7,40  | 23,20    | 185,96                  |
|                    | Хлеб пшеничный                                 | 30        | 2,40             | 0,30  | 14,73    | 71,4                    |
|                    | Чай с лимоном                                  | 180/10/7  | 0,13             | 0,02  | 7,27     | 31,52                   |
|                    | Масло (порциями)                               | 5         | 0,04             | 3,62  | 0,06     | 33                      |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК   |                                                | 415       | 8,97             | 11,34 | 45,26    | 321,88                  |
| 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 с курицей                                 | 180       | 19,76            | 5,78  | 34,78    | 270,7                   |
|                    | Салат из свежих помидоров с луком              | 60        | 0,81             | 3,05  | 4,60     | 49,39                   |
|                    | Компот из сушеных фруктов                      | 180       | 1,12             | 0,23  | 28,30    | 117,74                  |
|                    | 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      |                                                | 670       | 31,06            | 21,22 | 102,29   | 733,94                  |
| ПОЛДНИК            | Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом | 80        | 4,14             | 5,86  | 22,18    | 159,79                  |
|                    | Чай с сахаром                                  | 180/10    | 0,05             | 0,00  | 7,00     | 28,48                   |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК   |                                                | 260       | 4,19             | 5,86  | 29,18    | 188,27                  |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:     |                                                | 1525      | 45,12            | 38,60 | 194,91   | 1326,89                 |

Медицинская сестра  Коппель Т. В.