

2 неделя
Среда (день 3) « 02 » апреля 2025 г.
Весенне-летний период
возраст от 1,5 -3 лет, от 3 - 7 лет

Утверждаю
Заведующий МДОУ «Детский сад № 7»
п.Новоорск
Шкаровская Л.И.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг.ценн. (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак 1							
	Макароны запеченные с яйцом	150/200	6,95/9,1	12,87/15,8	1,07/1,4	148,0/184,0	№ 208
	Соус сметанный	15/30	0,3/0,46	3,37/5,1	1,08/1,65	70,0/91,0	№451
	Кофейный напиток с молоком	150/180	2,34/2,85	2,0/2,41	10,63/14,36	70,0/91,0	№395
	Итого за завтрак 1	315/410	9.59/12,41	18,24/23,31	12,78/17,41	288,0/366,0	
Завтрак 2							
	Фруктовый сок	100	0,27	0,18	15	15,45	№130
	Итого за завтрак 2	100	0,27	0,18	15	45	
Обед							
	Салат из свежих огурцов и помидор с репчатым луком	40/60	0,64/0,64	2,1/3,1	3,4/5,0	36,6/54,9	№2
	Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной	150/180	1,8/2,16	1,2/1,44	9,9/11,88	69,08/82,89	№37
	Рагу овощное	120/150	1,44/1,8	7,104/8,88	8,55/10,68	104,45/130,56	№137
	Биточки паровые	70	10,1	6,97	6,8	130,4	№289
	Компот из свежих плодов	150/180	0,12/0,14	0,12/0,14	17,9/21,5	73,2/87,8	№372
	Хлеб пшеничный	35/50	2,76/3,9	0,35/0,5	16,9/24,0	82,6/117,86	№555
	Хлеб ржаной	30/50	1,95/3,2	0,4/0,6	9,75/16,2/	50,7/84,5	№555
	Итого за обед	595/740	18,81/21,94	18,244/21,03	73,2/96,06	547,03/688,91	
Полдник							
	Сырники из творога	70/120	13,0/22,4/	8,9/15,2	7,5/13,0	162,4/280,8	№231
	Чай с сахаром	150/180	0,2/0,2	0/0	10,5/12,6	42,0/50,4/	№485
	Итого за полдник	220/300	13,2/22,6/	8,9/15,2	18,0/25,6	204,4/331,2	
	Итого за день		41,87/57,22	45,564/59,72	118,98/154,01	1084,43/1431,11	