

1 неделя

Понедельник (день 1) « 07 » 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	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг.ценн (ккал)	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Завтрак 1							
	Каша манная на молоке	150/200	4,1/5,52	4,45/5,92	21,93/29,63	144,0/194,0	№179
	Печенье	50	3,8	4,9	37,2	208,5	
	Какао с молоком	150/180	3,15/3,67	2,72/3,19	13,0/15,82	89,0/107,0	№397
	Итого за завтрак 1	350/430	11,05/12,99	12,07/14,01	71,83/82,62	441,5/509,5	
Завтрак 2							
	Фрукты	100	0,4	-	9,8	44,00	№368
	Итого за завтрак 2	100	0,4	-	9,8	44,00	
Обед							
	Салат из горошка зеленого консервированного	45/60	1,3/1,7	2,3/3,1	2,8/3,75	37,6/50,1	№10
	Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной	150/180	2,8/3,3	1,4/1,7	7,65/9,18	54,6/65,52	№44
	Запеканка картофельная с мясом	180/220	13,6/16,7	10,7/13,1	28,9/35,3	288,7/325,9	№291
	Компот из сухофруктов	150/180	0,78/0,94	0	20,22/24,3	80,6/96,7	№122
	Хлеб пшеничный	35/50	2,76/3,9	0,35/0,5	16,9/24,0	82,6/117,86	№555
	Хлеб ржаной	30/40	1,95/2,6	0,38/0,5	9,75/13,0	50,7/67,6	№555
	Итого за обед	590/730	23,19/29,14	15,13/18,9	86,22/109,53	594,8/723,68	
Полдник							
	Творожники песочные	60/70	5,4/6,3	6,8/7,93	18,3/21,35	137,0/160,0	№ 596
	Кисломолочный продукт (ряженка)	150/180	4,35/5,22	3,75/4,5	6,3/7,56	76,0/92,0	№401
	Итого за полдник	210/250	9,75/11,52	10,55/12,43	24,6/28,91	213,0/252,0	
	Итого за день		44,39/54,05	37,75/45,34	192,45/230,84	1293,3/1529,18	