

1 неделя
Пятница (день 5) « 28 » марта 2025 г.
Весенне-летний период
возраст от 1 – 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)	№ рецептур ы
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак 1							
	Суп молочный с макаронными изделиями	150/200	4,3/5,7	3.9/5,2	14.1/18,8	108,9/145,2	№93
	Бутерброд с сыром	30/15/45/15	3,5/5,3	2,1/3,2	9,9/15,0	73,4/110,1	№4
	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	345/440	10,14/13.85	8,0/10,81	34,63/48,16	252,30/346,30	
Завтрак 2							
	Фрукты	100	0,4	-	9,8	44,0	№368
	Итого за завтрак 2	100	0,4	-	9,8	44,0	
Обед							
	Салат из консервированной кукурузы с репчатым луком	40/60	1,5/1,7	2,0/3,1	2,49/3,75	33,4/50,1	№ 12
	Борщ на мясном бульоне со сметаной	150/180	24,89/29,86	8,71/10,45	44,4/48,1	339,0/406,8	№28
	Плов из говядины	190/210	31,59/34,83	11,03/12,20	50,84/56,19	429,4/474,76	№173
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150/180	1,02/1,22	0	21,77/39,18	91,14/109,36	№ 394
	Хлеб пшеничный	35/50	2,7/3,9	0,35/0,5	16,9/24,0	82,6/117,86	№555
	Хлеб ржаной	30/40	2,6/3,2	0,5/0,6	13,0/16,2	67,6/84,5	№555
	Итого за обед	645/720	64,3/74,71	22,59/26,85	149,4/187,42	1043,14/1243,38	
Полдник							
	Кондитерские изделия (вафли)	50	0,62	15,25	31,25	271.25	№10.10 .1.1
	Чай с молоком	150/180	2,33/2,80	2,66/3.20	8,92/10,71	69,16/83,00	№ 394
	Итого за полдник	200/230	2,95/3.42	17.91/18,45	40.17/41,96	340,41/354,25	
	Итого за день		77,79/92,38	48,5/56,11	234/287,34	1679,85/1987,93	