

2 неделя
Понедельник (день 1) «31» марта 2025 г.
Весенне- летний период
возраст от 1,5 – 3 лет, от 3 – 7 лет

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



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг.ценн (ккал)	№ рецептур
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак 1							
	Каша из хлопьев 3 злака молочная жидкая	150/200	5,0/6,7	8,25/11,0	17,0/22,6	162,25/216,4	№ 56
	Печенье	50	3,8	4,9	37,2	208,5	№ 42
	Чай сладкий с лимоном	150/180	0,16/0,2	0	10,2/12,2	42,0/50,4	№133
	Итого за завтрак 1	350/430	8,96/10,7	13,15/15,9	64,4/72,0	412,75/475,3	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый	100	0,27	0,18	15,0	45	№130
	Итого за завтрак 2	100	0,27	0,18	15,0	45	
Обед							
	Салат из свежих огурцов с репчатым луком и растительным маслом	40/60	0,304/0,456	2,44/3,65	0,95/1,425	26,95/40,38	№ 25
	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	150/200	1,10/1,46	2,88/3,84	14,69/19,56	73,35/114,18	№ 152
	Плов из курицы	180/210	19,08/22,26	6,63/7,73	30,59/35,69	258,0/301,0	№304
	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	30/50	1,95/3,2	0,4/0,6	9,75/16,2	50,7/84,5	№554
	Итого за обед	585/750	25,974/28,320	12,7/16,3	93,1/121,18	572,20/754,62	
Полдник							
	Вареники ленивые	70/115	8,91/14,83	7,89/10,86	9,21/15,31	132,7/218,0	№230
	Соус сметанный	15/30	0,3/0,46	3,37/5,1	1,08/1,65	30,0/45,0	№451
	Какао с молоком	150/180	3,15/3,67	2,72/3,19	13,0/15,82	89,0/107,0	№397
	Итого за полдник	235/325	12,36/18,96	13,98/19,15	23,29/32,78	251,7/370,0	
	Итого за день		47,564/58,25	40,01/51,53	195,79/240,96	1281,68/1644,92	