2 неделя
Вторник (день 2) « 18 » марта 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.цен н. (ккал)	№ реце птур ы
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак 1							
	Каша кукурузная	150/200	4,02/5,63	6,6/8,8	53,6/72,4	235/314,2	№ 195
	Бутерброд с сыром	30/10/45/15	3,5/5,3	2,1/3,2	9,9/15,0	73,4/110,1	№ 4
	Чай с сахаром	150/180	0,1/0,2	0	9,75/13,0	50,0/54,0	№ 485
	Итого за завтрак 1	340/440	**7,62/11,13**	**8,7/12**	**73,25/100,4**	**358,4/478,3**	
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 фасоли с репчатым луком	45/60	1,3/1,7	2,3/3,1	2,81/3,75	37,6/50,1	№ 57
	Суп рыбный из консервов	150/180	3,18/3,82	3,9/4,68	15,18/18,21	90,18/108,21	№159
	Жаркое по-домашнему	170/220	20,8/27,5	5,33/7,5	18,5/21,95	205,0/265,0	№41
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150/180	1,02/1,36	0	21,77/29,02	91,14/121,52	№394
	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	580/740	**31,01/41,48**	**12,28/16,38**	**84,91/113,13**	**557,22/747,19**	
Полдник							
	Пирожки печеные с морковью	60/80	4,0/5,3	3,95/5,26	22,9/30,5	148,6/198,0	№ 54
	Кисломолочный продукт (йогурт)	150/200	4,2/5,6	4,8/6,4	6,15/8,2	175,5/234,0	№698
	Итого за полдник	210/280	**8,2/10,9**	**8,75/11,6**	**29,05/38,7**	**324,1/432,0**	
	Итого за день		**47,23/63,91**	**29,73/39,98**	**197,01/279,03**	**1283,72/1701,49**	