

Неделя 1 ДЕНЬ 3 (3-7 лет)

Дата 26.11.25

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ "Детский сад №14"
Э.М. Арипшева
Приказ № 30 от 29.08.2025г.

Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кДж	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК						
Каша вязкая (пшено, рис) Дружба (с сахаром)	180,0	4,00	4,77	24,22	157,10	182
Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,1	0,0	10,2	41,0	412
Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	0,3	14,6	72,6	912
Итого завтрак	400,0	6,6	5,1	49,1	270,7	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Печенье	20,0	5,0	6,6	14,6	83,0	912
Итого второй завтрак	20,0	5,0	6,6	14,6	83,0	
ОБЕД						
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200,0	4,1	4,3	12,9	117,8	87
Пирожки печеные с мясом	50\30	12,4	9,2	12,6	196,8	437
Кисель	180,0	0,6	0,3	18,7	80,4	401
Хлеб Пшеничный	70,0	5,6	0,7	34,2	169,4	912
Итого обед	530,0	22,7	14,5	78,3	564,4	
ПОЛДНИК						
Суп молочный рисовый	200,0	7,2	12,6	54,0	142,4	101
Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	0,3	14,6	72,6	912
Итого полдник	230,0	9,7	12,9	68,6	215,0	
Всего за день	1180,0	44,0	39,0	210,6	1133,1	

Отпускные снижены при составлении меню от рекомендуемых норм питания (+5%)

Отпускные снижены от химического состава рекомендуемых наборов продуктов (+10%)

Использован: Сборник рецептур и технологических нормативов на продукцию для питания детей в ДОУ. В.Я.Шуталов, Москва 2016.