

Неделя 2 ДЕНЬ 2 (3-7 лет)

Дата

02.12.25

Заведующий МКДОУ "Детский сад №14"

Утверждаю:

М.Ариппшева

Приказ № 30 от 29.08.2025г.

Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	по рецептуре
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК						
Каша вязкая из манной крупы (с сахаром)	180,0	3,2	5,7	10,5	157,9	182
Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	0,3	14,6	72,6	98
Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,1	0,0	10,2	41,0	412
Итого завтрак	400,0	5,8	6,0	35,3	271,5	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Бутерброд с сыром	40,0	1,5	0,5	21,0	151,0	3
Итого второй завтрак	40,0	1,5	0,5	21,0	151,0	
ОБЕД						
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	200,0	1,5	3,9	10,2	82,0	62
Курица тушенная, в соусе №332 (джемлыбжьэ)	70\60	14,1	16,9	5,5	201,0	318\367
Каша рассыпчатая пшенная с маслом (гарнир)	130\5	6,6	5,7	28,0	231,5	330
Кисель	180,0	0,6	0,3	18,7	80,4	401
Хлеб Пшеничный	70,0	5,6	0,7	34,2	169,4	98
Итого обед:	720,0	28,4	27,5	96,5	764,3	
ПОЛДНИК						
Булочка Российская	60,0	7,9	8,1	54,0	214,8	457
Какао с молоком	180,0	0,1	0,0	10,0	107,0	416
Итого полдник	240,0	8,0	8,1	64,0	321,8	
Всего за день :	1400,0	43,6	42,2	216,9	1508,6	

Допустимы отклонения при составлении меню от рекомендуемых норм питания (+-5%)

Допустимы отклонения от химического состава рекомендуемых наборов продуктов (+-10%)

Использован: Сборник рецептов и технических нормативов на продукцию для питания детей в ООО. В.А.Шутельман, Москва 2016.