

Неделя 2 ДЕНЬ 2 (3-7 лет)

Дата 18.02.26

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



Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		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 <u>с молоком</u>	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
<u>Тиромеки</u> <u>печенье</u>	<u>50/30</u>	<u>14,1</u>	<u>16,9</u>	<u>5,5</u>	<u>201,0</u>	<u>437</u>
	130\5	6,6	5,7	28,0	231,5	
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						
<u>Суп молочный</u> <u>пшеничный</u>	<u>200</u>	<u>7,9</u>	<u>8,1</u>	<u>54,0</u>	<u>214,8</u>	<u>101</u>
<u>Хлеб Пшеничный</u>	<u>30</u>	<u>0,1</u>	<u>0,0</u>	<u>10,0</u>	<u>107,0</u>	
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	

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

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

Использованы: Сборник рецептур и технических нормативов на продукцию для питания детей в ДОУ. В.А.Шушляк, Москва 2016.