

Неделя 1 ДЕНЬ 2 (3-7 лет)

Дата 22.04.26

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, ккал	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>						
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	ПФ
<b>Итого завтрак:</b>	<b>400,0</b>	<b>6,6</b>	<b>5,1</b>	<b>49,1</b>	<b>270,7</b>	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
<i>Бутерброд с говядиной 30/20</i>	<i>30/20</i>	5,0	6,6	14,6	83,0	ПФ
<b>Итого второй завтрак:</b>	<b>20,0</b>	<b>5,0</b>	<b>6,6</b>	<b>14,6</b>	<b>83,0</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200,0	4,1	4,3	12,9	117,8	87
Пирожки печеные	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	ПФ
<b>Итого обед:</b>	<b>530,0</b>	<b>22,7</b>	<b>14,5</b>	<b>78,3</b>	<b>564,4</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
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	ПФ
<b>Итого полдник:</b>	<b>230,0</b>	<b>9,7</b>	<b>12,9</b>	<b>68,6</b>	<b>215,0</b>	
<b>Всего за день:</b>	<b>1180,0</b>	<b>44,0</b>	<b>39,0</b>	<b>210,6</b>	<b>1133,1</b>	

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

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

Использован Сборник рецептур и технологических нормативов по продукту для питания детей в ДОО. В.А.Шульман, Москва 2016.