

Неделя 2 ДЕНЬ 1 (3-7 лет)

Дата 27.04.26

Заведующий МКДОУ Детский сад №14"

Утверждаю:

Э.М. Аришшева

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 рисовая (с сахаром)	180,0	7,5	9,5	10,5	157,0	182
Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	0,3	14,6	72,6	97%
Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	10,0	40,0	376
<b>Итого завтрак:</b>	<b>400,0</b>	<b>10,0</b>	<b>9,8</b>	<b>35,1</b>	<b>269,6</b>	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
Бутерброд с маслом	30\10	5,0	4,2	20,6	136,0	3
<b>Итого второй завтрак:</b>	<b>30\10</b>	<b>5,0</b>	<b>4,2</b>	<b>20,6</b>	<b>136,0</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200,0	4,1	4,3	12,9	127,8	87
Котлеты говяжьи с соусом	80\30	10,4	12,5	8,0	223,0	299\366
Макароньы отварная с маслом сливочным	150,0	4,0	6,4	10,9	108,0	335
Компот из свежих яблок	180,0	0,6	0,3	18,7	80,0	390
Хлеб Пшеничный	70,0	5,6	0,7	34,2	169,4	97%
<b>Итого обед:</b>	<b>600,0</b>	<b>24,7</b>	<b>24,1</b>	<b>84,6</b>	<b>708,2</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Суп молочный гречневый	200,0	7,2	12,6	44,0	142,4	101
Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	0,3	14,6	72,6	97%
<b>Итого полдник:</b>	<b>240,0</b>	<b>9,7</b>	<b>12,9</b>	<b>58,6</b>	<b>321,8</b>	
<b>Всего за день:</b>	<b>1450,0</b>	<b>49,5</b>	<b>51,0</b>	<b>199,0</b>	<b>1435,6</b>	

Отпускными коэффициентами при составлении меню от рекомендуемых норм питания (+5%)

Отпускными коэффициентами от химического состава рекомендуемых наборов продуктов (+10%)