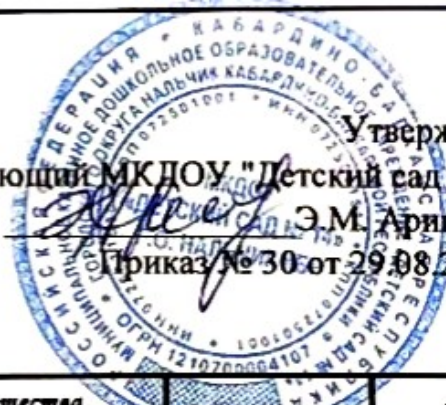


Неделя 1 ДЕНЬ 5 (3-7 лет)

Дата 08.05.26

Заведующий МКДОУ "Детский сад №14"



Утверждаю:

Э.М. Арипшева

Приказ № 30 от 29.08.2025г.

Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКал	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК						
Каша вязкая пшеничной крупы (с сахаром)	180,0	4,1	7,6	29,6	168,4	182
Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	0,3	14,6	72,6	9Ф
Чай с сахаром <i>и молоко</i>	180/10/7	0,1	0,0	10,2	41,0	412
Итого завтрак:	390,0	6,7	7,9	54,5	282,0	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Вафли	20	5	6,6	14,6	88	9Ф
Итого второй завтрак:	20,0	5,0	6,6	14,6	88,0	
ОБЕД						
Суп картофельный с гречневой крупой	200,0	4,4	4,2	13,1	127,8	86
Котлеты рубленые из птицы	80\	9,0	9,3	9,3	109,8	322\
Салат из свеклы	150,0	3,7	5,4	36,7	141,0	34
Компот из свежих яблок	180,0	0,6	0,3	18,7	80,4	390
Хлеб Пшеничный	70,0	5,6	0,7	34,2	169,4	9Ф
Итого обед:	600,0	23,3	19,8	111,9	628,4	
ПОЛДНИК						
Суп молочный пшеничный	200,0	7,2	12,6	44,0	142,4	101
Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	0,3	14,6	72,6	9Ф
Итого полдник:	230,0	9,7	12,9	58,6	215,0	
Всего за день:	1240,0	44,6	47,3	239,6	1213,4	

Допустимым отклонением при составлении меню от рекомендуемых норм питания (+5%)

Допустимым отклонением от химического состава рекомендуемых наборов продуктов (+10%)

Использован Сборник рецептов и технологических нормативов на продукцию для питания детей в ДОУ. В.А.Шувалова, Москва 2016.