

Неделя 2 ДЕНЬ 1 (3-7 лет)

Дата 25.05.26

Заведующий МКДОУ "Детский сад №14"

Э.М. Ариппева

Приказ № 30 от 29.08.2025г.



Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК						
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	978
Чай с сахаром	180/10	0,1	0,0	10,0	40,0	376
Итого завтрак:	400,0	10,0	9,8	35,1	269,6	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Бутерброд с маслом	30\10	5,0	4,2	20,6	136,0	3
Итого второй завтрак:	30\10	5,0	4,2	20,6	136,0	
ОБЕД						
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200,0	4,1	4,3	12,9	127,8	87
Сырный отварной	40	10,4	12,5	8,0	223,0	202\166
Салат из овощей	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	978
Итого обед:	600,0	24,7	24,1	84,6	708,2	
ПОЛДНИК						
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	978
Итого полдник:	240,0	9,7	12,9	58,6	321,8	
Всего за день:	1450,0	49,5	51,0	199,0	1435,6	

Фактически переваривается при составлении меню от рекомендуемых норм энергии (+-5%)

Фактически переваривается от рекомендуемого состава рекомендуемых выборов продуктов (+-10%)