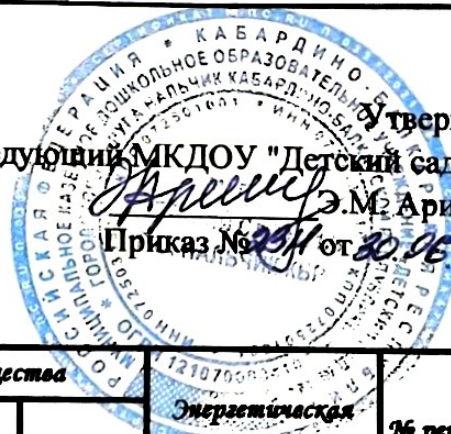


Неделя 2 ДЕНЬ 5 (3-7 лет)

Дата 10.04.26

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ "Детский сад №14"
Э.М. Арипшева
Приказ № 25/1 от 20.04.2026г.



Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК						
Каша вязкая из овсяной крупы (с сахаром)	180,0	4,30	4,77	24,22	157,10	182
Хлеб Пшеничный	30,0	2,5	0,3	14,6	72,6	ПР
Чай с сахаром, с лимоном	180/10/7	0,1	0,0	10,2	41,0	412
Итого завтрак:	407,0	6,9	5,1	49,1	270,7	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Яблоки	100,0	0,4	0,4	9,8	0,8	ПР
Итого второй завтрак:	100,0	0,4	0,4	9,8	0,8	
ОБЕД						
Суп картофельный с клецками, со сметаной	200,0	4,4	4,2	13,1	107,8	91
Котлеты рубленные из птицы с соусом	80\30	9,0	9,3	9,3	109,8	322\366
Каша рассыпчатая пшенная с маслом (гарнир)	150\5	6,6	5,7	28,0	231,5	330
Кисель	180,0	0,6	0,3	18,7	80,4	401
Хлеб Пшеничный	70,0	5,6	0,7	34,2	169,4	ПР
Итого обед:	715,0	26,2	20,2	103,2	698,9	
ПОЛДНИК						
Суп молочный рисовый	200,0	7,2	12,6	54,0	142,4	101
Хлеб Пшеничный	30,0	4,0	0,5	24,4	121,0	ПР
Итого полдник:	230,0	11,2	13,1	78,4	263,4	
Всего за день:	1452,0	44,7	38,8	240,4	1233,8	

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

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

Использован: Сборник рецептур и технических нормативов на продукцию для питания детей в ДОО. В.А.Шутельян, Москва 2016.