

Менюготавливаемых блюд, 30.06.2025

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / от 3 до 7 лет

Сезон: ВЕСНА с 01.03.2025

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАДОУ «Детский сад № 36» г. Сыктывкара

Прокушева Е.В., приказ 25.02.2025 № 89

День первый, неделя вторая							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша ячневая вязкая	130	5	4	21	140	227
		150	5	5	24	162	
	Молоко	150	4	4	7	80	469
		180	5	5	9	96	
	Яйцо вареное	40/40	6	6		64	267
	Батон с маслом	30/5	2	5	15	111	576/79
		40/5	3	5	21	137	
Итого за завтрак			11	13	43	331	
			13	15	56	395	
Завтрак второй	Кисломолочный напиток	150	5	4	6	76	470
		180	5	4	7	91	
	Печенье	10	1	1	8	42	582
Итого за завтрак второй			6	5	14	118	
			6	5	15	133	
Обед	Щи из свежей капусты со сметаной	180/5	1	4	4	59	104/433
		200/5	1	4	4	65	
	Суфле рыбное (замена-Печень тушеная в соусе сметанном)*	60	10	5	6	106	359
		90	15	8	9	158	
	Капуста тушеная (замена-Макароны отварные) *	140	5	6	28	161	256
		200	7	8	39	246	
	Компот из изюма	180			18	76	495
		200	1		20	84	
	Хлеб ржаной	40	3	1	16	82	574
		50	4	1	20	103	
Итого за обед			17	16	72	577	
			28	21	92	656	
Уплотн енный полдни к	Салат из квашеной капусты с луком (замена-Салат из свеклы с чесноком)*	30		2	2	27	34
		50	1	3	4	45	
	Жаркое по- домашнему	130	12	9	17	199	328
		180	17	13	23	275	
	Чай с сахаром	150			8	28	457
		180			9	34	
	Булочка домашняя	50	4	6	23	158	542
		70	5	8	32	221	
	Фрукты	95			10	44	82
100				10	44		
Итого за уплотненный полдник			16	17	60	456	
			23	24	78	619	
Итого за день	Ясли:		50	51	189	1482	
	Сад:		70	65	241	1803	

*невыполнение натуральных норм по рыбе и овощам