

Менюготавливаемых блюд, 29.05.2025

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 четвертый, неделя первая							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	130	5	5	19	141	234
		150	5	6	21	162	
	Молоко	150	4	4	8	80	469
		180	5	5	9	96	
	Батон с повидлом	30/10	2	1	21	104	576/86
		40/10	3	1	27	130	
Итого за завтрак			11	10	48	325	
			13	12	57	388	
Завтрак второй	Сок фруктовый	200	1		20	86	501
	Печенье	20	2	2	15	83	582
		30	3	3	23	125	
Итого за завтрак второй			3	2	35	169	
			4	3	43	211	
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	70	1	4	6	66	9
		110	2	6	9	113	
	Суп куриный с макаронными изделиями	200	2	3	10	78	129
		250	3	4	12	98	
	Биточки рыбные	60	8	1	6	63	307
		80	10	1	8	85	
	Картофель отварной с маслом	120	3	6	12	128	152
		150	4	8	15	147	
	Напиток из шиповника	200	1	1	18	78	496
		250	1	1	23	98	
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
		60	5	2	24	124	
Итого за обед			18	16	72	516	
			25	22	91	665	
Уплотненный полдник	Салат картофельный с солеными огурцами	60	1	4	5	59	43
		80	2	5	7	78	
	Омлет натуральный	200	17	27	4	320	268
		250	22	33	5	400	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		20	84	495
		250	1		31	105	
	Хлеб пшеничный	40	3		20	75	573
		50	4		25	94	
	Фрукты	95			10	44	82
100				10	44		
Итого за уплотненный полдник			22	31	60	582	
			29	35	78	721	
Итого за день	Ясли:		54	59	215	1592	
	Сад:		71	72	269	1985	