

**Менюготавливаемых блюд, 07.03.2025**

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

Сезон: ВЕСНА с 01.03.2025

**У Т В Е Р Ж Д А Ю:**

Директор МАДОУ «Детский сад № 36» г. Сыктывкара

Прокушева Е.В., приказ 26.11.2024 № 308

<b>День пятый, неделя первая</b>							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>	Каша пшённая молочная жидкая	130	5	5	23	152	235
		150	5	5	26	175	
	Яйцо вареное	20	3	3		32	267
	Чай с сахаром	150			8	28	457
		180			9	34	
	Батон с сыром	30/10	4	4	15	114	576/75
40/15		6	5	21	158		
<b>Итого за завтрак</b>			<b>12</b>	<b>12</b>	<b>50</b>	<b>326</b>	
			<b>12</b>	<b>13</b>	<b>52</b>	<b>399</b>	
<b>Завтрак второй</b>	Молоко	200	6	6	10	107	
		250	8	8	13	134	
			<b>6</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>107</b>	
			<b>8</b>	<b>8</b>	<b>13</b>	<b>134</b>	
<b>Обед</b>	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	180/10	2	6	10	95	100/433
		220/10	2	6	13	119	
	Тефтели из говядины с рисом – «ежики»	60	7	5	8	98	350
		80	9	7	10	131	
	Макароны отварные	150	6	5	30	185	256
		200	7	7	39	210	
	Компот из свежих плодов	180			10	41	486
		200			11	46	
Хлеб ржаной	40	3	1	16	82	574	
	50	4	1	20	103		
<b>Итого за обед</b>			<b>18</b>	<b>17</b>	<b>74</b>	<b>464</b>	
			<b>22</b>	<b>21</b>	<b>94</b>	<b>609</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>	Запеканка из творога	130	21	10	20	237	286
		180	29	14	28	328	
	Соус молочный сладкий	40	1	1	3	34	406
		70	1	3	6	59	
	Какао с молоком	180	3	3	12	85	462
		250	4	4	17	112	
	Хлеб пшеничный	30	2		15	70	573
		40	3		20	94	
Фрукты	95			10	44	82	
	100			10	44		
<b>Итого за уплотненный полдник</b>			<b>27</b>	<b>14</b>	<b>60</b>	<b>470</b>	
			<b>37</b>	<b>21</b>	<b>81</b>	<b>628</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>Ясли:</b>		<b>63</b>	<b>49</b>	<b>193</b>	<b>1368</b>	
	<b>Сад:</b>		<b>78</b>	<b>62</b>	<b>237</b>	<b>1762</b>	