

МЕНЮ на питание детей 3 – 7 лет (XIV день)

МБДОУ детский сад № 153

на « 18 » 09 2025 г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
детским садом № 153
Е.Е. Максимова
Е.Е. Максимова

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша пшеничная и сл. маслом	200	8,14	9,68	38,39	273	1,46	Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Сборник технологических нормативов, сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских наук
	Какао с молоком	180	3,8	3,3	15,5	106,0	1,44	
	Бутерброд с маслом слив.	40/5	5,82	6,93	20,01	165,0	0,07	
	Итого:	435	17,76	19,91	73,9	544	2,97	
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	
	Итого	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	
Обед:	Суп вермишелевый на мясном б-не	200	1,97	4,1	9,7	85	0,4-	
	Голубцы ленивые с мясом	150	13,2	8,4	18,9	205,3	18,7	
	Компот из сухофруктов без сахара	180	0,4	0,0	25,0	103,0	0,36	
	Хлеб ржаной	40	1,98	0,36	10,2	51,2	30,0	
	Итого:	610	18,25	15,9	68,3	488,2	65,66	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	5,0	5,7	7,2	101,0	1,2	
	Гренка из хлеба пшеничного	40	4,9	0,63	30,4	147,28	-	
	Итого:	190	9,9	6,33	37,6	248,28	1,2	
Ужин:	Салат из моркови с сахаром	40	0,4	2,6	10,2	40,95	3,5	
	Запеканка рисовая с творогом	150	9,1	7,47	49,86	303	0,08	
	Соус молочный	30	0,6	1,56	2,1	25,14	0,09	
	Чай с сахаром	180	0	0	12,0	48,0	0,02	
	Итого:	410	10,1	11,63	74,16	417,09	3,69	
Итого за XIV день:		1775	56,51	53,77	264,06	1739,97	75,52	