

22.01.2025г.

*МДОБУ «Детский сад «Петушок» с. Палимовка*

**Категория:** от 1 года до 3 лет

**МЕНЮ № 3**

<i>Прием пищи</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Выход блюда</i>	<i>Пищевые вещества (г)</i>			<i>Энергетическая ценность (ккал)</i>	<i>Витамин С, мг</i>	<i>№ рецептуры</i>
			<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>			
<b>Завтрак:</b>	Каша ячневая вязкая	150	4.338	4.572	15.156	119.16	0.828	94*
	Бутерброды с повидлом	45	2.508	3.9325	28.8805	161.0015	0.4785	2*
	Кофейный напиток с молоком	160	2.34	1.995	10.635	70.005	0.975	395*
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>355</b>	<b>9.186</b>	<b>10.4995</b>	<b>54.6715</b>	<b>350.1665</b>	<b>2.2815</b>	
<b>Второй завтрак:</b>	Сок абрикосовый	100	0.75	-	19.05	79.005	6	399Д*
<b>Итого за второй завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>0.75</b>	<b>-</b>	<b>19.05</b>	<b>79.005</b>	<b>6</b>	
<b>Обед:</b>	Салат из свеклы	30	0.426	1.827	2.508	28.17	2.85	33*
	Суп с рыбными консервами	150	6.192	6.048	10.314	120.42	6.552	87*
	Голубцы ленивые	120	10.608	6.816	15.036	164.004	15.024	298*
	Компот из свежих плодов	150	0.12	0.12	17.91	73.2	1.29	372*
	Хлеб пшеничный	35	2.149	0.749	14.651	75.0505	-	147*
	Хлеб ржаной	40	2.4	0.4	17.732	75.6	-	148*
<b>Итого за обед:</b>		<b>525</b>	<b>21.895</b>	<b>15.96</b>	<b>78.151</b>	<b>536.4445</b>	<b>25.716</b>	
<b>Полдник:</b>	Запеканка из творога	50	8.77	6.025	8.575	123.5	0.12	237*
	Соус молочный сладкий	20	0.291	0.678	1.989	15.225	0.048	351*
	Чай с лимоном	150	0.105	0.015	8.505	34.17	2.355	393*
<b>Итого за полдник:</b>		<b>220</b>	<b>9.166</b>	<b>6.718</b>	<b>19.069</b>	<b>172.895</b>	<b>2.523</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1200</b>	<b>40.997</b>	<b>33.1775</b>	<b>170.9415</b>	<b>1138.511</b>	<b>36.5205</b>	

22.01.2025г.

**МДОБУ «Детский сад «Петушок» с. Палимовка**  
**Категория: от 3 до 7 лет**

**МЕНЮ № 3**

<i>Прием пищи</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Выход блюда</i>	<i>Пищевые вещества, г</i>			<i>Энергетическая ценность (ккал)</i>	<i>Витамин С, мг</i>	<i>№ рецептуры</i>
			<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>			
<b>Завтрак:</b>	Каша ячневая вязкая	180	5.302	5.588	18.524	145.64	1.012	<b>94</b>
	Бутерброды с повидлом	45	2.508	3.9325	28.8805	161.0015	0.4785	<b>2</b>
	Кофейный напиток с молоком	180	2.808	2.394	12.762	84.006	1.17	<b>395</b>
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>405</b>	<b>10.618</b>	<b>11.9145</b>	<b>60.1665</b>	<b>390.6475</b>	<b>2.6605</b>	
<b>Второй завтрак:</b>	Сок абрикосовый	100	0.75	0	19.05	79.005	6	<b>399д</b>
<b>Итого за второй завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>0.75</b>	<b>0</b>	<b>19.05</b>	<b>79.005</b>	<b>6</b>	
<b>Обед:</b>	Салат из свеклы	50	0.568	2.436	3.344	37.56	3.8	<b>33</b>
	Суп с рыбными консервами	180	7.568	7.392	12.606	147.18	8.008	<b>87</b>
	Голубцы ленивые	190	14.144	9.088	20.048	218.672	20.032	<b>298</b>
	Компот из свежих плодов	180	0.16	0.16	23.88	97.6	1.72	<b>372</b>
	Хлеб пшеничный	50	3.07	1.07	20.93	107.215	0	<b>147</b>
	Хлеб ржаной	50	3	0.5	22.165	94.5	0	<b>148</b>
<b>Итого за обед:</b>		<b>700</b>	<b>28.51</b>	<b>20.646</b>	<b>102.97</b>	<b>702.72</b>	<b>33.56</b>	
<b>Полдник:</b>	Запеканка из творога	100	17.54	12.05	17.15	247	0.24	<b>237</b>
	Соус молочный сладкий	20	0.582	1.356	3.978	30.45	0.096	<b>351</b>
	Чай с лимоном	180	0.126	0.018	10.206	41.004	2.826	<b>393</b>
<b>Итого за полдник:</b>		<b>300</b>	<b>18.251</b>	<b>13.424</b>	<b>31.334</b>	<b>318.454</b>	<b>3.162</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1505</b>	<b>58.129</b>	<b>45.9845</b>	<b>213.5205</b>	<b>1490.8265</b>	<b>45.3825</b>	