

23.01.2025г.

МДОБУ «Детский сад «Петушок» с. Палимовка

Категория: от 1 года до 3 лет

МЕНЮ № 4

| <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> | | | |
| Завтрак: | Каша манная | 150 | 3.975 | 4.305 | 21.225 | 139.35 | 1.47 | 179* |
| | Бутерброды с маслом | 40 | 2.448 | 7.552 | 14.62 | 136 | - | 1* |
| | Кофейный напиток | 160 | 4.122 | 4.536 | 19.35 | 130.806 | 6.624 | 130* |
| Итого за завтрак: | | 350 | 10.545 | 16.393 | 55.195 | 406.156 | 8.094 | |
| Второй завтрак: | Груши свежие | 95 | 0.4 | 0.3 | 10.3 | 46 | 5 | 368а* |
| Итого за второй завтрак: | | 95 | 0.4 | 0.3 | 10.3 | 46 | 5 | |
| Обед: | Салат из моркови | 30 | 0.375 | 0.03 | 3.483 | 15.69 | 1.44 | 41* |
| | Рассольник на м/б | 150 | 2.016 | 2.358 | 9.216 | 66.24 | 4.95 | 74* |
| | Макароны отварные | 120 | 5.355 | 0.555 | 0.855 | 157.47 | - | 19* |
| | Котлета | 60 | 9.318 | 7.068 | 9.642 | 139.002 | 0.09 | 282* |
| | Соус томатный с маслом сливочным | 20 | 0.174 | 0.63 | 1.203 | 11.175 | 0.357 | 348* |
| | Компот из сушеных фруктов | 150 | 0.33 | 0.015 | 20.82 | 84.75 | 0.3 | 376* |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2.149 | 0.749 | 14.651 | 75.0505 | - | 147* |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2.4 | 0.4 | 17.732 | 75.6 | - | 148* |
| Итого за обед: | | 605 | 22.117 | 11.805 | 77.602 | 624.9775 | 7.137 | |
| Полдник: | Суфле из рыбы | 60 | 10,398 | 4.83 | 2.442 | 94.998 | 0.498 | 268* |
| | Пряник | 35 | 2.1 | 1.75 | 26.25 | 126 | 0 | |
| | Чай с молоком | 150 | 2.655 | 2.325 | 11.31 | 76.995 | 1.185 | 394* |
| Итого за полдник: | | 245 | 13.053 | 7.155 | 13.752 | 171.993 | 1.683 | |
| Итого за день: | | 1295 | 46.115 | 35.653 | 156.849 | 1249.1265 | 21.914 | |

23.01.2025г.

МДОБУ «Детский сад «Петушок» с. Палимовка

Категория: от 3 до 7 лет

МЕНЮ № 4

| <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> | | | |
| Завтрак: | Каша манная вязкая | 180 | 5.3 | 5.74 | 28.3 | 185.8 | 1.96 | 179 |
| | Бутерброды с маслом | 40 | 2.448 | 7.552 | 14.62 | 136 | 0 | 1 |
| | Кофейный напиток | 180 | 4.58 | 5.04 | 21.05 | 145.34 | 7.36 | 130 |
| Итого за завтрак: | | 400 | 12.328 | 18.332 | 63.97 | 467.14 | 9.32 | |
| Второй завтрак: | Груши свежие | 100 | 0.4 | 0.3 | 10.03 | 46 | 5 | 368а |
| Итого за второй завтрак: | | 100 | 0.4 | 0.3 | 10.03 | 46 | 5 | |
| Обед: | Салат из моркови | 50 | 0.5 | 0.04 | 4.644 | 20.92 | 1.92 | 41 |
| | Рассольник на м/б | 180 | 2.464 | 2.882 | 11.264 | 80.96 | 6.05 | 74 |
| | Макароны отварные | 150 | 6.426 | 0.666 | 1.026 | 188.964 | 0 | 19 |
| | Котлета | 80 | 12.424 | 9.424 | 12.856 | 185.336 | 0.12 | 282 |
| | Соус томатный с маслом сливочным | 20 | 0.3075 | 0.75 | 2.4425 | 17.8025 | 0.5525 | 119 |
| | Компот из сушеных фруктов | 180 | 0.44 | 0.02 | 27.76 | 113 | 0.4 | 376 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3.07 | 1.07 | 20.93 | 107.215 | 0 | 147 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3 | 0.5 | 22.165 | 94.5 | 0 | 148 |
| Итого за обед: | | 760 | 28.6315 | 15.352 | 103.0875 | 808.6975 | 9.0425 | |
| Полдник: | Суфле из рыбы | 80 | 13.864 | 6.44 | 3.256 | 126.664 | 0.664 | 268 |
| | Пряник | 35 | 2.1 | 1.75 | 26.25 | 126 | 0 | |
| | Чай с молоком | 180 | 3.186 | 2.79 | 13.572 | 92.394 | 1.422 | 394 |
| Итого за полдник: | | 295 | 19.15 | 10.98 | 43.078 | 345.058 | 2.086 | |
| Итого за день: | | 1555 | 60.5095 | 44.964 | 220.1655 | 1666.8955 | 25.4485 | |