

19.03.2025г.

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>			
Завтрак:	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*
Итого за завтрак:		355	9.186	10.4995	54.6715	350.1665	2.2815	
Второй завтрак:	Сок абрикосовый	100	0.75	-	19.05	79.005	6	399Д*
Итого за второй завтрак:		100	0.75	-	19.05	79.005	6	
Обед:	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*
Итого за обед:		525	21.895	15.96	78.151	536.4445	25.716	
Полдник:	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*
Итого за полдник:		220	9.166	6.718	19.069	172.895	2.523	
Итого за день:		1200	40.997	33.1775	170.9415	1138.511	36.5205	

19.03.2025г.

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>			
Завтрак:	Каша ячневая вязкая	180	5.302	5.588	18.524	145.64	1.012	94
	Бутерброды с повидлом	45	2.508	3.9325	28.8805	161.0015	0.4785	2
	Кофейный напиток с молоком	180	2.808	2.394	12.762	84.006	1.17	395
Итого за завтрак:		405	10.618	11.9145	60.1665	390.6475	2.6605	
Второй завтрак:	Сок абрикосовый	100	0.75	0	19.05	79.005	6	399д
Итого за второй завтрак:		100	0.75	0	19.05	79.005	6	
Обед:	Салат из свеклы	50	0.568	2.436	3.344	37.56	3.8	33
	Суп с рыбными консервами	180	7.568	7.392	12.606	147.18	8.008	87
	Голубцы ленивые	190	14.144	9.088	20.048	218.672	20.032	298
	Компот из свежих плодов	180	0.16	0.16	23.88	97.6	1.72	372
	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:		700	28.51	20.646	102.97	702.72	33.56	
Полдник:	Запеканка из творога	100	17.54	12.05	17.15	247	0.24	237
	Соус молочный сладкий	20	0.582	1.356	3.978	30.45	0.096	351
	Чай с лимоном	180	0.126	0.018	10.206	41.004	2.826	393
Итого за полдник:		300	18.251	13.424	31.334	318.454	3.162	
Итого за день:		1505	58.129	45.9845	213.5205	1490.8265	45.3825	