

18.07.2025г.

МДОБУ «Детский сад «Петушок» с. Палимовка

Категория: от 1 года до 3 лет

МЕНЮ № 10

<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 сыром	45	4.7295	6.8805	14.562	139.0005	0.072	3*
	Какао с молоком	160	3.15	2.715	12.96	88.995	1.2	397*
Итого за завтрак:		355	12.2175	14.1675	42.678	347.1555	2.1	
Второй завтрак:	Сок виноградный	100	0.45	0.3	24.45	102	3	399ж*
Итого за второй завтрак:		100	0.45	0.3	24.45	102	3	
Обед:	Салат из свежих огурцов и помидоров	30	0.399	1.854	2.337	27.63	2.85	11*
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б	150	1.26	3.51	6.102	61.02	13.302	67*
	Плов из птицы	120	16	14.784	26.768	304	0.416	304*
	Кисель	150	-	-	19.6	80	30	122*
	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	22.208	21.297	87.19	623.3005	46.568	
Полдник:	Ватрушки с повидлом	50	0.791	1.407	21.14	105.28	-	445.2*
	Йогурт сладкий	150	4.35	3.75	6.3	76.005	0.45	536*
Итого за полдник:		200	12.101	7.587	75.37	422.685	0.45	
Итого за день:		1180	46.9765	43.3515	229.688	1495.141	52.118	

18.07.2025г.

МДОБУ «Детский сад «Петушок» с. Палимовка

Категория: от 3 до 7 лет

МЕНЮ № 10

<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 сыром	55	6.306	9.174	19.416	185.334	0.096	3
	Какао с молоком	180	3.78	3.258	15.552	106.794	1.44	397
Итого за завтрак:		415	15.388	18.02	53.492	437.768	2.548	
Второй завтрак:	Сок виноградный	100	0.45	0.3	24.45	102	3	399ж
Итого за второй завтрак:		100	0.45	0.3	24.45	102	3	
Обед:	Салат из свежих огурцов и помидоров	50	0.532	2.472	3.116	36.84	3.8	11
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б	180	1.54	4.29	7.458	74.58	16.258	67
	Плов из птицы	190	21	19.404	35.133	399	0.546	304
	Кисель	180	0	0	19.6	80	30	122
	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	29.142	27.736	108.402	792.135	50.604	
Полдник:	Ватрушки с повидлом	70	0.904	1.608	24.16	120.32	0	445.2
	Йогурт сладкий	180	5.22	4.5	7.56	91.206	0.54	536
Итого за полдник:		250	6.124	6.108	31.72	211.526	0.54	
Итого за день:		1465	51.104	52.164	218.064	1543.429	56.692	