

20.03.2025г.

**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>			
<b>Завтрак:</b>	Каша манная вязкая	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*
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>350</b>	<b>10.545</b>	<b>16.393</b>	<b>55.195</b>	<b>406.156</b>	<b>8.094</b>	
<b>Второй завтрак:</b>	Груши свежие	95	0.4	0.3	10.3	46	5	368a*
<b>Итого за второй завтрак:</b>		<b>95</b>	<b>0.4</b>	<b>0.3</b>	<b>10.3</b>	<b>46</b>	<b>5</b>	
<b>Обед:</b>	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*
<b>Итого за обед:</b>		<b>605</b>	<b>22.117</b>	<b>11.805</b>	<b>77.602</b>	<b>624.9775</b>	<b>7.137</b>	
<b>Полдник:</b>	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*
<b>Итого за полдник:</b>		<b>245</b>	<b>13.053</b>	<b>7.155</b>	<b>13.752</b>	<b>171.993</b>	<b>1.683</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1295</b>	<b>46.115</b>	<b>35.653</b>	<b>156.849</b>	<b>1249.1265</b>	<b>21.914</b>	

20.03.2025г.

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