

28.01.2025г.

МДОБУ «Детский сад «Петушок» с. Палимовка

Категория: от 1 года до 3 лет

МЕНЮ № 7

<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:	Омлет натуральный	120	5.292	10.188	1.014	117.228	0.09	215*
	Икра кабачковая	25	0	1.75	1.75	22.05	0	
	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:		350	13.1715	19.7835	28.536	345.2235	1.362	
Второй завтрак:	Яблоки свежие	95	0.4	0.4	9.8	44	10	368*
Итого за второй завтрак:		95	0.4	0.4	9.8	44	10	
Обед:	Салат из свеклы с зеленым горошком	30	0.501	1.254	2.46	23.13	2.94	34*
	Суп картофельный с крупой на к/б	150	1.8	2.016	12.24	74.34	5.94	80*
	Рагу овощное из птицы	120	2.925	7.425	13.125	131.25	10.65	111*
	Кисель «Витошка»	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	9.775	11.844	79.808	459.3705	49.53	
	Плов из риса с черносливом и изюмом	50	3.615	4.77	42.66	229.08	0.48	278*
Полдник:	Вафли	20	1.7	5.6	12.6	106	0	
	Чай с сахаром	150	10.2	2.601	11.05	41.888	5.1	136*
Итого за полдник:		220	13.815	7.371	53.71	270.968	5.58	
Итого за день:		1190	37.1615	39.3985	171.854	1119.562	66.472	

28.01.2025г.

МДОБУ «Детский сад «Петушок» с. Палимовка

Категория: от 3 до 7 лет

МЕНЮ № 7

<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:	Омлет натуральный	140	7.056	13.584	1.352	156.304	0.12	215
	Икра кабачковая	25	0	1.75	1.75	22.05	0	
	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:		400	17.142	27.766	38.07	470.932	1.656	
Второй завтрак:	Яблоки свежие	100	0.4	0.4	9.8	44	10	368
Итого за второй завтрак:		100	0.4	0.4	9.8	44	10	
Обед:	Салат из свеклы с зеленым горошком	50	0.668	1.672	3.28	30.84	3.92	34
	Суп картофельный с крупой на к/б	180	2.2	2.464	14.96	90.86	7.26	80
	Рагу овощное из птицы	190	3.9	9.9	17.5	175	14.2	111
	Кисель «Витошка»	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	12.838	15.606	98.435	578.415	55.38	
Полдник:	Плов из риса с черносливом и изюмом	100	4.338	5.724	51.192	274.896	0.576	278
	Вафли	20	1.7	5.6	12.6	106	0	
	Чай с сахаром	180	12	3.06	13	49.28	6	136
Итого за полдник:		300	18.038	14.384	76.792	430.176	6.576	
Итого за день:		1500	48.418	58.156	223.097	1523.523	73.612	