

10.07.2025г.

**МДОБУ «Детский сад «Петушок» с. Палимовка**

**Категория:** от 1 года до 3 лет

**МЕНЮ № 4**

| <i>Прием<br/>пищи</i>           | <i>Наименование блюда</i>           | <i>Выход<br/>блюда</i> | <i>Пищевые вещества (г)</i> |               |                 | <i>Энергетическая<br/>ценность (ккал)</i> | <i>Витамин<br/>С, мг</i> | <i>№<br/>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<br/>завтрак:</b>      | Груши свежие                        | 95                     | 0.4                         | 0.3           | 10.3            | 46                                        | 5                        | 368а*                  |
| <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 свежих огурцов и помидоров | 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>            |                        |

10.07.2025г.

**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> |                                       |                      |                    |
| <b>Завтрак:</b>                 | 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>          |                    |
| <b>Второй завтрак:</b>          | 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>             |                    |
| <b>Обед:</b>                    | Салат из свежих огурцов и помидоров | 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>        |                    |
| <b>Полдник:</b>                 | 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>       |                    |