

21.01.2025г.

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

**Категория:** от 1 года до 3 лет

**МЕНЮ № 2**

<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>	Омлет натуральный	120	5,292	10.188	1.014	117.228	0.09	215*
	Икра кабачковая	25	0	1.75	1.75	22.5	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*
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>350</b>	<b>13.1715</b>	<b>19.7835</b>	<b>28.536</b>	<b>345.2235</b>	<b>1.362</b>	
<b>Второй завтрак:</b>	Бананы свежие	95	1.5	0.5	21	95	10	368*
<b>Итого за второй завтрак:</b>		<b>95</b>	<b>1.5</b>	<b>0.5</b>	<b>21</b>	<b>95</b>	<b>10</b>	
<b>Обед:</b>	Винегрет с растительным маслом	30	0.7245	2.3355	3.78	41.1795	4.95	2*
	Щи из свежей капусты с картофелем на м/б	150	1.26	3.51	6.102	61.02	13.302	67*
	Каша гречневая рассыпчатая	120	8.55	7.23	41.175	270.51	-	67*
	Бефстроганов из отварной говядины	60	15.516	12.432	3.288	186.996	0.012	278*
	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*
<b>Итого за обед:</b>		<b>585</b>	<b>30.5995</b>	<b>26.6565</b>	<b>106.328</b>	<b>790.356</b>	<b>48.264</b>	
<b>Полдник:</b>	Плов из риса с курагой	50	3.615	4.77	42.66	229.08	0.48	74*
	Печенье	20	1.4	2.6	13.4	82.4	0	
	Чай с сахаром	150	10.2	2.601	11.05	41.888	5.1	136*
<b>Итого за полдник:</b>		<b>220</b>	<b>13.815</b>	<b>7.371</b>	<b>53.71</b>	<b>270.968</b>	<b>5.58</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1310</b>	<b>59.086</b>	<b>54.311</b>	<b>209.574</b>	<b>1501.5475</b>	<b>65.206</b>	

21.01.2025г.

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

**Категория:** от 3 до 7 лет

**МЕНЮ № 2**

<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>	Омлет натуральный	140	7.056	13.584	1.352	156.304	0.12	<b>215</b>
	Икра кабачковая	25	0	1.75	1.75	22.5	0	
	Бутерброды с сыром	55	6.306	9.174	19.416	185.334	0.096	<b>3</b>
	Какао «Витошка»	180	3.78	3.258	15.552	106.794	1.44	<b>397</b>
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>400</b>	<b>17.142</b>	<b>27,766</b>	<b>38.07</b>	<b>470.932</b>	<b>1.656</b>	
<i>Второй завтрак:</i>	Бананы свежие	100	1.5	0.5	21	95	10	<b>368г</b>
<b>Итого за второй завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>1.5</b>	<b>0.5</b>	<b>21</b>	<b>95</b>	<b>10</b>	
<i>Обед:</i>	Винегрет с растительным маслом	50	0.966	3.114	5.04	54.906	6.6	<b>2</b>
	Щи из свежей капусты с картофелем на м/б	180	1.54	4.29	7.458	74.58	16.258	<b>67</b>
	Каша гречневая рассыпчатая	150	10.26	8.676	49.41	324.612	0	<b>67</b>
	Бефстроганов из отварной говядины	80	20.688	16.576	4.384	249.328	0.016	<b>278</b>
	Кисель	180	0	0	19.6	80	30	<b>122</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>740</b>	<b>39.524</b>	<b>34.226</b>	<b>128.987</b>	<b>985.141</b>	<b>52.874</b>	
<i>Полдник:</i>	Плов из риса с курагой	100	4.338	5.724	51.192	274.896	0.576	<b>74</b>
	Печенье	20	1.4	2.6	13.4	82.4	0	
	Чай с сахаром	180	12	3.06	13	49.28	6	<b>136</b>
<b>Итого за полдник:</b>		<b>300</b>	<b>17.738</b>	<b>11.384</b>	<b>77.592</b>	<b>406.576</b>	<b>6.576</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1540</b>	<b>75.904</b>	<b>73.876</b>	<b>265.649</b>	<b>1957.649</b>	<b>71.106</b>	