



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 3
«Ромашка» п.Новоорск
Мамина О.И

29 января 2025г.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная с маслом	150	5,97	8,91	23,46	197,35	
	Чай сладкий	150	-	-	12	44,88	
	Булочка, масло	35/6	2,8	3,95	16,96	115,6	
Итого за завтрак		341	8,77	12,86	52,42	357,83	
2-ой завтрак	Сок яблочко-персик	100	0,5	0,1	10,1	43	
Итого за 2-ой завтрак		100	0,5	0,1	10,1	43	
Обед	Салат из кукурузы и лука	40	1,16	3,04	2,55	42,2	
	Суп картофельный с салатом	150	4,02	9,01	25,9	119,68	
	Макаронная отварная	100	3,84	2,95	18,45	115,8	
	Котлета, соус	60/30	10,3/0,39	4,1/1,4	3,8/2,67	112,3	
	Компот из фруктов	150	0,78	-	20,22	80,6	
Итого за обед	Хлеб пшеничный	40/35	5,36	0,85	29,9	150,2	
		605	25,85	21,35	103,49	620,78	
Полдник	Булочка с повидлом	60	4,3	4,6	23,2	201,1	
	Молоко	150	4,58	4,08	4,58	85	
Итого за полдник		210	11,88	11,68	30,78	286,1	
Итого за день:		1256	47	45,99	196,79	1307,71	