

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

30 января 2025 г.



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	Каши кукурузная с мякотью	150	5,24	8,51	11,66	192,76	
	Жакао	150	4,32	4,86	15,2	118,61	
	Банан, мякоть	35/6	2,8	3,95	16,96	115,6	
Итого за завтрак		341	12,39	17,32	43,82	426,97	
2-ой завтрак	Сок апельсиновый	100	9,5	8,1	10,1	43	
Итого за 2-ой завтрак		100	9,5	8,1	10,1	43	
Обед	Салат из зеленого горошка и лука	40	1,3	2,3	2,81	37,6	
	Пюре со сметаной	150	2,4	1,1	5,6	58,1	
	Картофельное пюре	100	2,45	3,8	16,4	109,8	
	Фрикадельки соевые	70	6,6	3,5	3,1	70	
	Компот из сухофрукт.	150	9,32	-	17,8	68,44	
	Хлеб пшеничный	35/40	5,36	9,85	29,9	150,2	
Итого за обед		605	18,43	11,55	75,61	494,14	
Полдник	Сырники творожные	70	13	8,9	7,5	162,4	
	Сметанный соус	30	1,21	1,83	2,64	45,4	
	Чай с мякотью	150	2,1	2,4	11,53	73,42	
Итого за полдник		250	16,31	13,13	21,67	281,22	
Итого за день:		1296	47,63	42,1	151,2	1245,33	