

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

20 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	Каша из гр. пшеницы с маслом	150	5,8	9,0	21,95	191,06	84
	Чай с мелиссой	150	0,16	0	10,2	12	260
	Батон. маисовый	35/6/10	5,12	6,9	16,9	157,6	5-6.
Итого за завтрак		351	11,08	15,9	49,05	384,66	
2-ой завтрак	Сок апельсиновый	100	-	-	11,5	46,0	н 130.
Итого за 2-ой завтрак		100	-	-	11,5	46,0	
Обед	Салат из овощей и лука	110	1,3	2,3	2,81	37,6	н 10.
	Свекольник со сметаной	150/8	1,51	3,53	8,97	73,24	н 120
	Каша гречневая	130	6,33	5,65	31,1	204,9	н 315
	Суп из риса с мясом	80	9,76	10,68	2,9	146,21	н 93
	Компот из кураги	150	0,94	-	24,3	96,7	н 250
Итого за обед	Хлеб пшеничный	40/35	5,36	0,4	29,9	150,2	
		633	25,2	22,56	99,98	708,85	
Полдник	Булочка с сах.	50	3,88	2,36	26,15	141	н 466.
	Молоко	150	4,58	4,08	7,58	85	н 33
Итого за полдник		200	8,46	6,44	33,73	226	
Итого за день:		1284	44,74	44,9	194,26	1365,51	