

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



21 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 / овсяная с маж. 150	150	4,86	8,48	22,23	183,86	
	Чай на молоке 150	150	4,2	4,8	15,05	116,9	
	Банан, масло, сок 35/6/10	35/6/10	5,12	6,9	16,9	157,6	
Итого за завтрак		351	14,18	20,18	54,18	452,36	
2-ой завтрак	Сок яблоко-черника 100	100	9,5	9,1	10,1	43	
Итого за 2-ой завтрак		100	9,5	9,1	10,1	43	
Обед	Салат из капусты и моркови 40	40	9,66	3,1	6,9	58	
	Суп Гороховый 150	150	7,13	6,22	17,41	152,41	
	Домашняя картошка 150	150	20,8	5,33	18,5	205	
	Каша из сухофр 150	150	9,32	-	17,8	68,44	
	Хлеб пшенич. ржан 40/35	40/35	5,36	9,85	29,9	150,2	
Итого за обед		565	34,24	15,5	90,51	634,05	
Полдник	Фрагме 70	70	6,42	8,74	3,96	120	
	Желе 150	150	3,15	2,72	13	89	
Итого за полдник		220	9,57	11,49	16,96	209	
Итого за день:		1136	58,02	47,17	161,65	1338,41	