

Неделя 2
День 10

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
"Детский сад №5 "Колокольчик"
Кувандыкского муниципального округа
Оренбургской области

Н.Г.Синягина
"04" июля 2025 г.

МАДОУ Детский сад №5 Колокольчик"

Прием пищи	Наименование блюда	Меню для детей 1-3 лет						Меню для детей 3-7 лет					
		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак 1	Каша вязкая пшеничная молочная	150	5,26	6,07	21,29	159,75	ТК № 11	180	6,44	7,53	25,38	192	ТК № 11
	Чай без сахара	150	0,04	0,01	8,98	30	ТК №37	200	0,06	0,02	11,98	43	ТК №37
	Пряник, Вафли	30	1,341	1,25	18	97,6	ТК №53,75	30	1,341	1,25	18	97,6	ТК №53,75
Итого за завтрак		330	6,641	7,33	48,27	287,35		410	7,841	8,8	55,36	332,6	
Завтрак 2	Соки фруктовые и ягодные	100	0,66	0,13	13,46	61,3	ТК №38	100	0,66	0,13	13,46	61,3	ТК №38
Итого за завтрак		100	0,66	0,13	13,46	61,3		100	0,66	0,13	13,46	61,3	
Обед	Свекольник	150	4,05	5,85	3,39	130,5	ТК № 4	180	4,5	6,5	3,77	145	ТК № 4
	Гуляш из отварного мяса (куры)	60	4,5	5,7	1,85	123,6	ТК № 29	70	5,25	6,65	2,16	144,2	ТК № 29
	Макароны отварные с маслом	110	3,56	4,64	20,97	135,33	ТК №20	130	5,34	6,96	31,45	203	ТК №20
	Компот из сухофруктов	150	0,43	0	21,42	81	ТК №33	180	0,48	0	23,8	90	ТК №33
	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94	ТК №44	40	4,05	0,42	26,24	125	ТК №44
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	58,68	ТК №43	30	1,98	0,36	11,88	58,68	ТК №43
Итого за обед		530	17,56	16,87	79,19	623,11		630	21,6	20,89	99,3	765,88	
Полдник	Плюшка с сахаром	60	3,61	6,88	23,94	129,58	ТК №51	70	5,02	9,63	33,52	177,7	ТК №51
	Чай полусладкий	150	0,09	0	8,98	30	ТК №35	200	0,12	0	11,58	45	ТК №35
Итого за полдник		210	3,7	6,88	32,92	159,58		270	5,14	9,63	45,1	222,7	
Итого за день		1170	28,561	31,21	173,84	1131,34		1410	35,241	39,45	213,22	1382,48	