

Неделя 1
День 5

МАДОУ Детский сад №5 Колокольчик"

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

Н.Г.Синягина
"27"июня 2025г.

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 рисовая молочная	150	4,16	5,6	19,56	144	ТК №14	180	5,55	7,47	26,08	192	ТК №14
	Чай без сахара	150	0,04	0,01	8,98	30	ТК №37	200	0,06	0,02	11,98	43	ТК №37
	Пряник или 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	5,54	6,86	46,54	271,60		410	6,951	8,74	56,06	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	Рассольник	150	3,28	4,8	6,76	166,11	ТК №7	180	2,1	5,11	16,59	185	ТК №7
	Тефтели рыбные с рисом	60	6,83	3,81	24,8	143,5	ТК №27/1	70	7,8	4,35	28,3	164	ТК №27/1
	Картофельное пюре	110	2,44	4,19	14,45	143,6	ТК №18	130	3,05	5,24	18,06	172	ТК №18
	Соус красный основной	25	0,48	1,37	2,16	21,7	ТК №30	30	0,69	1,95	3,09	31	ТК №30
	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		555	18,48	14,85	101,15	708,59		660	20,15	17,43	127,96	825,68	
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		1195	28,381	28,72	194,07	1201,07		1440	32,901	35,93	242,58	1442,28	