

Неделя 2
День 6

МАДОУ Детский сад №5 Колокольчик"

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

Н.Г.Синягина
"30" июня 2025 г.

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
	Печенье	20	2,25	2,94	22,32	125,1	ТК №52	20	3,4	4,4	33,6	187,8	ТК №52
Итого за завтрак		320	6,45	8,55	50,86	299,10		400	9,01	11,89	71,66	422,8	
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	Суп гречневый	150	3,32	4,83	15,74	115,2	ТК №8	180	4,15	6,04	19,67	144	ТК №8
	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	60	7,69	8,14	6,26	129	ТК №25	70	8,98	9,49	7,31	150,5	ТК №25
	Соус красный основной	25	0,48	1,37	2,16	21,7	ТК №30	30	0,69	1,95	3,09	31	ТК №30
	Гороховое пюре	110	4,2	2,3	12,5	113	ТК №24	130	5,25	2,87	15,62	141,24	ТК №24
	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	21,8	17,45	103,1	673,88		660	25,58	21,13	107,61	740,42	
Полдник	Плюшка домашняя	60	4,33	8,26	28,73	228,2	ТК №50	70	5,05	9,63	33,52	266,2	ТК №50
	Кисл. продукт (йогурт)	140	4,06	4,48	5,6	82,6	ТК №36	150	4,35	4,8	6	88,5	ТК №36
Итого за полдник		200	8,39	12,74	34,33	310,8		270	9,4	14,43	39,52	354,7	
Итого за день		1175	37,3	38,87	201,75	1345,08		1430	44,65	47,58	232,25	1579,22	